

Sini Haanmäki

SATUHIERONTA TYÖMENETELMÄNÄ PÄIVÄKODISSA

Sosiaalialan koulutusohjelma

2016

SATUHIERONTA TYÖMENETELMÄNÄ PÄIVÄKODISSA

Haanmäki, Sini
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Huhtikuu 2016
Ohjaaja: Ahosmäki, Merja
Sivumäärä: 60
Liitteitä: 1

Asiasanat: satuhieronta, varhaiskasvatus, kosketuksen vaikutus, toiminnallinen opinnäytetyö

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tehtävänä oli testata uuden työmenetelmän satuhieronnan käyttöönottoa päiväkodissa. Tarkoituksena oli järjestää satuhierontatuokioita Isosannan erityispäiväkodin lapsille. Opinnäytetyön tuokioiden havainnointiosuudessa suunnitelmassa oli pohtia satuhieronnan vaikutuksia lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Havainnointi koostui lisäksi omista kokemuksistani tuokioiden pitämisestä sekä oman toimintani arvioimisesta. Myös lasten mielipiteet sadun ja hieronnan yhdistämisestä otettiin raportoinnissa huomioon.

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus eli tuokiot toteutettiin Isosannan erityispäiväkodissa keväällä 2016. Tuokioiden kohderyhmä koostui neljästä 4-6-vuotiaasta lapsesta. Kaksi heistä oli ns. tavallisia lapsia ja kahdella oli erityispiirteitä. Toiminnalliseen osuuteen kuului yhteensä neljä satuhierontahetkeä sekä tuokioiden valmistelu. Tuokioiden runkona käytettiin Sanna Tuovisen (2014) julkaisemaa Satuhieronta: Läsä-olevan kosketuksen ja sadun taikaa kirjaa ja sieltä löytyviä valmiita satuhierontoja.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä esitellään varhaiskasvatus käsitteenä, sen mitä satuhieronta on ja millaisia vaikutuksia sillä on lapsen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Opinnäytetyössä tarkastellaan myös satuhierontaa yhtenä työmenetelmänä päiväkodissa.

Satuhierontatuokioiden pitäminen osoitti menetelmän olevan toimiva ja helppo toteuttaa päiväkodin arjessa. Tuokioiden aikana pystyi huomaamaan erinäisiä havaintoja työmenetelmän vaikutuksista lapsiin, ja ne tukivat aiemmin kirjoitettua teoriaa. Erityisesti minun ja lasten välinen vuorovaikutus parani ja lapset pystyivät rentoutumaan kiireettömässä ilmapiirissä. Lapset myös nauttivat saamastaan huomiosta ja rohkaistuivat tuokioiden myötä.

FAIRYTALE MESSAGE AS A WORKING METHOD IN KINDERGARTEN

Haanmäki, Sini
Satakunta University of Applied Sciences
Bachelor of social services
April 2016
Supervisor: Ahosmäki, Merja
Number of pages: 60
Appendices: 1

Keywords: fairytale message, early childhood education, effect of touching, functional thesis

The task of this functional thesis was to test the new working method called fairytale message and its introduction in kindergarten. The intention was to organize fairytale message sessions for special day-care center's children. The plan was to discuss the effects of a fairytale message in the child's overall well-being in my thesis observation section. The observation section was made up with my own experiences of organizing fairytale message sessions and evaluating my own actions. Children's opinion of mixing fairytales and message was also taken into account in reporting.

The functional part of the thesis in other words, sessions, carried out in a special day-care center in the spring of 2016. The sessions target group consisted of four children from ages 4-6 years. Two of them were so-called normal children and the other two had some special needs. The functional part of the thesis included a total of four fairytale message sessions and the preparation of those sessions. The sessions were based on book called "Satuhieronta: Läsnaölevan kosketuksen ja sadun taikaa" which was published by Sanna Tuovinen (2014). There were some pre-made fairytale massages which were used with the children.

The theoretical framework of the thesis presents a concept of early childhood education, what fairytale message is and what kind of effects it has on physical, mental and social well-being of the child. In this thesis fairytale message is also viewed as one of the working method in kindergarten.

When keeping the fairytale message sessions it showed that the method is functional and easy to implement in kindergartens everyday life. During the sessions one was able to see a different kind of observations of the effects of the working method on the children, and effects supported the theory which was written earlier. In particular, the interaction between me and the children became better and the children were able to relax in an unhurried atmosphere. The children also enjoyed the attention and they were encouraged by sessions.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	VARHAISKASVATUS	8
2.1	Varhaiskasvatuksen sisältö	8
2.2	Erityisvarhaiskasvatus	9
3	SATUHIERONTA	11
3.1	Satujen merkitys lapselle	11
3.2	Kosketuksen merkitys lapselle.....	12
3.3	Sadut ja kosketus yhdistyvät satuhieronnassa.....	13
3.4	Satuhieronnan historiaa.....	14
3.5	Satuhieronnan toteuttaminen	14
4	SATUHIERONTA PÄIVÄKODISSA.....	16
4.1	Satuhieronta työmenetelmänä.....	16
4.2	Päiväkodin ryhmät ja sen tuomat haasteet	16
4.3	Milloin ja miten satuhierontaa toteutetaan päivähoidossa.....	17
4.4	Yksin tai yhdessä	18
4.5	Apua nukkumistilanteisiin	19
5	SATUHIERONNAN VAIKUTUKSET.....	23
5.1	Fyysiset vaikutukset.....	23
5.1.1	Lapsen stressinhallinta ja rentoutuminen.....	24
5.1.2	Lapsen kehonhallinta ja tuntoaistin vaikutus motoriikkaan.....	25
5.2	Psyykkiset vaikutukset.....	26
5.2.1	Luottamussuhteiden tärkeys lapselle.....	27
5.2.2	Itsetunnon ja arvokkuuden vahvistaminen	28
5.3	Sosiaaliset vaikutukset	31
5.3.1	Sosiaalisten taitojen eli vuorovaikutustaitojen tärkeys.....	32
5.3.2	Nähdäksi ja kuulluksi tuleminen	34
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	35
6.1	Opinnäytetyön prosessi	35
6.2	Opinnäytetyön eettisyys	36
6.3	Tutkimusmenetelmänä toiminnallinen opinnäytetyö.....	38
6.4	Toteutuspaikkana Isosanan erityispäiväkotä	39
7	SATUHIERONTATUOKIOT	40
7.1	Tuokioiden toteutus ja havainnointi.....	40
7.1.1	Ensimmäinen tuokio	41
7.1.2	Toinen tuokio	44

7.1.3 Kolmas tuokio	47
7.1.4 Neljäs tuokio	50
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	53
8.1 Tuokioiden yhteenveto ja onnistuminen	53
8.2 Oman ammatillisuuden ja toiminnan pohtiminen	54
8.3 Johtopäätökset työmenetelmän soveltuvuudesta päiväkotiin	55
LÄHTEET	57
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Tein opinnäytetyöni yhteistyössä Isosannan erityispäiväkodin kanssa. Tarkoituksenani oli toteuttaa kyseisen päiväkodin lapsille satuhierontatuokioita ja pohtia menetelmän vaikutuksia minun ja lasten välillä. Opinnäytetyöni oli siis luonteeltaan toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyöni aihe on ajankohtainen, sillä ensimmäinen kirja liittyen satuhierontaan on julkaistu vasta syksyllä 2014. Satuhieronta käsitteenä on monelle vielä tuntematon, mutta laajan markkinoinnin, koulutusten ja sen tuomien hyötyjen kautta satuhieronta työvälineenä levinnee lähivuosina päiväkotimaailmassa. Idean opinnäytetyöhöni sain kyselyäni Porin alueen päiväkodeilta olisiko heillä mielessä jokin tutkiskelua vaativa aihe. Kiinnostuin heti satuhieronnasta kuultuani siitä Isosannan erityispäiväkodin johtajalta keväällä 2015, ja hänen kerrottuaan heidän päiväkodin henkilökunnan kokevan tarvetta kyseiselle menetelmälle.

Vaikka satuhieronta kirjajulkaisuna ja sitä kautta syntyneenä käsitteenä on suhteellisen uusi, on sillä kuitenkin pitkä historia vuosikymmenien takaa. Muistan itsekin lapsuudestani äitini leikkineen kanssani mm. kaikille tuttua ”Harakka huttua keittää”-lorua, jossa kämmeniin piirreltiin koukeroita ja lopuksi loru loppui kainaloiden kutitukseen. Pienten lasten on erityisen tärkeää saada kokea yhdessäoloa ja läheisyyttä erilaisten leikkien myötä luotettavan vanhemman kanssa. Yksinkertaisten sormileikkien, sylileikkien ja lorujen kautta lapsi tutustuu leikkimiseen ja turvalliseen kosketukseen. (Mannerheimin lastensuojeluliiton [www-sivut](http://www.sivut.fi).)

Erilaisia työmenetelmiä kehitellään jatkuvasti päiväkoteihin arjen sujumisen parantamiseksi sekä siksi, että pystyttäisiin huomioimaan jokaisen lapsen yksilölliset tarpeet parhaimmalla mahdollisella tavalla riittävän varhaiskasvatuksen toteutumiseksi. Päiväkodissa satuhieronta työmenetelmänä korostaa lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutuksen tukemista sekä auttaa huomioimaan lasta ison ryhmän ja hektisen arjen keskellä. Satuhieronnan vaikutuksia voi nähdä niin lapsen sosiaalisessa, fyysisessä kuin psyykkisessä hyvinvoinnissa. Satuhieronnan hyödyt saivat minut havahtumaan, miten pienellä ja suhteellisen yksinkertaisella asialla lasten hyvinvointia voidaan parantaa esimerkiksi juuri päiväkodin vilkkaassa arjessa. Toiminnallisen opinnäytetyön tuokioiden suunnittelu ja niiden toteuttaminen lapsille henkilökohtaisesti

oli ammatillisesti myös hyvin valmentavaa tulevaa työuraa varten. Isosanan erityispäiväkodissa hoidossa on sekä erityispiirteitä omaavia että tavallisia lapsia. Toteutamiini tuokioihin osallistui kumpiakin, tavallisia lapsia ja erityislapsia. Toivon, että opinnäytetyöni lisäisi tietoisuutta satuhieronnan merkityksellisyydestä ja sen monista hyödyistä lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa.

2 VARHAISKASVATUS

2.1 Varhaiskasvatuksen sisältö

Varhaiskasvatus tarkoittaa pienille lapsille suunnattua kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on vaikuttaa lasten tasapainoiseen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen. Yhteiskunnan järjestämä, valvoma ja tukema varhaiskasvatus koostuu niin hoidosta kuin kasvatuksesta sekä opetuksesta kokonaisuutena. Varhaiskasvatuksessa korostuu lapsen omaehtoinen leikki, tavoitteellinen vuorovaikutus, yhteistointa sekä suunnitelmallisuus. (Varhaiskasvatuksen valtakunnalliset linjaukset 2002, 9.) Varhaiskasvatuksen toimintaympäristöjä ovat päiväkodit, perhepäivähoito sekä kerho- ja leikkitoiminta (Opetus- ja kulttuuriministeriön [www-sivut](http://www.sivut)).

Varhaiskasvatuksen yhtenä lähtökohtana voidaan pitää ammattitaitoista henkilökuntaa. (Stakes 2003, 9.) Ammattitaitoiseen henkilökuntaan kuuluu lastentarhanopettajia ja erityislastentarhanopettajia, joiden vastuulla ovat päiväkodin kasvatus- ja opetus-työ. Heidän toteuttamansa varhaiskasvatuksen tavoitteena on tukea ja ohjata lapsen kasvua ja kehitystä, sekä suunnitella toimintaa, joka ottaa huomioon jokaisen yksilön tarpeet. (Ahvenainen, Ikonen & Koro 2001, 151.) Varhaiskasvatuksen tavoitteena kokonaisuudessaan on edesauttaa lapsen hyvinvointia. Tämä tavoite vaatii toteutuakseen henkilökunnalta teorian soveltamista käytäntöön erilaisten lapsille soveltuvien työmenetelmien avulla. (Ritmala, Ojanen, Siven, Vihunen, Vilen 2009, 196.) Myös lapsen ja häntä hoitavan henkilön välinen vuorovaikutus vaikuttaa suuresti lapsen kehitykseen. Päiväkodissa tapahtuvan varhaiskasvatuksen vuorovaikutuksessa yhdistyvät samanaikaisesti sekä tunneperäiset että älylliset elementit. Henkilökunnan tulee olla käytettävissä ja vastata oikealla tavalla lapsen tarpeisiin. Jotta vuorovaikutus olisi parhain mahdollinen lapsen ja aikuisen välillä, aikuisen olisi hyvä tuntea lapsi hyvin. (Tiensuu 2005, 25.)

Päivähoito on tarkoitettu lapsille, jotka eivät vielä ole kouluikäisiä tai heillä on muutoin erityiset olosuhteet. Myös vanhemmat lapset voivat tarvittaessa saada lain määrittelemää päivähoitoa. (Varhaiskasvatuslaki 1973/36, luku 1, 2§) Varhaiskasvatuslaissa varhaiskasvatuksen tavoitteiksi on määritelty mm. edistää lapsen kokonaisval-

taista kasvua ja hyvinvointia, turvata lasta kunnioittava toimintatapa ja mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet lasten ja henkilökunnan välillä. Päiväkodin on myös huolehdittava lapsen vuorovaikutustaitojen kehittämisestä sekä opetettava toisten ihmisten kunnioittamista ja vertaisryhmässä toimimista. Turvallinen ja oppimista edistävä kasvuympäristö on myös jokaisen varhaiskasvatuksen piirissä olevan lapsen oikeus. Varhaiskasvatuslaki määrittelee myös lapsen mahdollisuuden osallistua ja saada vaikuttaa häntä itseä koskeviin asioihin. (Varhaiskasvatuslaki 1973/36 luku 1, 2 a §)

Jokaiselle päiväkodissa olevalle lapselle on laadittava henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma lapsen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon toteuttamiseksi. Varhaiskasvatussuunnitelmaan tulee kirjata tavoitteet lapsen kehitystä, oppimista ja hyvinvointia tukevalla tavalla sekä ne toimenpiteet, joilla tavoitteet saadaan toteutettua. Lisäksi varhaiskasvatussuunnitelmaan kirjataan lapsen tarvitseman tuen tarve, tukitoimenpiteet sekä toteutumistavat. (Varhaiskasvatuslaki 1973/36 luku 1, 7 a §)

2.2 Erityisvarhaiskasvatus

Erityisvarhaiskasvatus on päivittäin tapahtuvaa kasvatustyötä, jonka avulla lasta voidaan tukea tehostetusti. Jokainen erityistä tukea tarvitseva lapsi on yksilö, joten hänelle suuntautuvan kuntoutuksen pitää olla myös yksilöllisesti hänelle suunniteltua. Lapsen kehitys on yksilöllistä, mutta usein se noudattelee tiettyjä lainalaisuuksia. Kehityksen osa-alueita ovat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kehitys. Fyysisessä kehityksessä lapsen erityistarpeet esiintyvät esimerkiksi aistitoiminnoissa sekä kehohallinnassa. Psyykkisen kehityksen ongelmat voivat tulla ilmi mm. minäkäsityksen ja itsetunnon heikkoudessa. Sosiaalisen kehityksen haasteita ovat useimmiten heikot vuorovaikutustaidot ja yhteistoiminnan sujumattomuus. (Heinämäki 2000, 9.)

Varhaiskasvatuslain mukaan kaikille lapsille on turvattava yhdenvertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen. Tämä tarkoittaa, että päiväkodin tulee tunnistaa lapsen yksilöllisen tuen tarve ja järjestää tälle tarvittava tuki varhaiskasvatusympäristössä. Erityisen tuen tarpeen ilmettyä päiväkodin velvollisuus on tehdä yhteistyötä mo-

niammatillisten tiimien kanssa lapsen tilanteen tukemiseksi. (Varhaiskasvatuslaki 1973/36 luku 1, 2 a §)

Varhaiskasvatuslain lisäksi päiväkodin arjen sujuvuutta määrittelee asetus lasten päivähoidosta. Jos päiväkodissa on yksi tai useampia erityisen hoidon ja kasvatuksen tarpeessa olevia lapsia, on se otettava kyseisen asetuksen mukaan huomioon hoidettavien lasten lukumäärässä. Erityisen hoidon tarpeessa olevien lasten lukumäärä vaikuttaa myös hoito- ja kasvatustehtävään osallistuvien henkilöiden lukumäärään. Usein erityistä tukea tarvitsevalle lapselle on nimetty henkilökohtainen avustaja. (Asetus lasten päivähoidosta 1973/239, 6§.)

3 SATUHIERONTA

3.1 Satujen merkitys lapselle

Satujen lukeminen ja kuunteleminen ovat merkittävässä roolissa lapsen kasvattajina. Satujen kerronnan tarkoituksena yhtenä varhaiskasvatuksen menetelmänä on koskettaa, ja tätä kautta opettaa lapselle tärkeitä tunnetaitoja. Jokipaltio (1997) kirjoittaa satujen pyrkivän voimaannuttamaan ja rohkaisemaan lasta. Lapsena koetut satuhetket kehittävät mielikuvitusta ja tuottavat hyvää oloa, jolloin tuloksena on luovuuden kasvaminen. (Jokipaltio 1997, 5.) Satujen kuunteleminen avaa pääsyn persoonallisuuden tiedostamattomaan alueeseen, jossa luovuus ja luova toiminta kehittyvät. Hyvällä ja vilkkaalla mielikuvituksella on myös positiivinen vaikutus lapsen mielenterveyteen, ja lisäksi se estää ahdistuneisuuden ja ikävystyneisyyden syntymistä. (Ojanen 1980, 12.) Ylösen (2000) mukaan sadut edistävät lapsen henkistä hyvinvointia ja kehitystä. Sadut kykenevät myös tukemaan itsenäistymistä, jota päiväkodissa tai viimeistään koulun aloittaessa edellytetään. (Ylönen 2000, 28.)

Satuja kerrotaan myös lohdutukseksi ja ihan vain lasten viihdyttämiseksi. Kuitenkin tärkein satujen tarkoitus on opettaa lapselle oikeaoppista käyttäytymistä ja moraalia. Satuja kuuntelemalla pieni päiväkotikäinen lapsi oppii keskittymään ja ymmärtämään kuulemaansa. Satujen avulla voidaan opettaa lapsille myös arkisia asioita, kuten tietämystä eri marjoista tai sienistä. (Ylönen 2000, 27.) Huomasin, että myös Tuovisen (2014) *Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa* -kirjasta löytyy hyvin monenlaisia satuja, joiden tarkoituksena on opettaa lapselle uusia termejä ja kertoa elämästä.

Satujen avulla voidaan kehittää lapsen persoonallisuutta ja mieltä, raviten ja vahvistamalla sitä. Satujen tulisi olla hauskoja ja uteliaisuutta herättäviä, mielenkiintoisia ja mielikuvitusta tukevia, sekä sellaisia, että ne selventäisivät lapsen tunteita ja kehittäisivät hänen älyään. Sadut voivat myös vastata lapsen pelkoihin sekä auttaa häntä senhetkisissä mahdollisissa ongelmissaan. Hienoja saduissa on myös se, että niiden avulla lapsi voi luoda uskoa tulevaisuuteen ja vahvistaa sisäisiä voimavarojaan. (Bettelheim 1984, 10–13.)

Satujen kertominen tuo lapsille suunnatonta iloa ja ilonkokemukset puolestaan tukevat lapsen normaalia kehitystä. Sadun voima on sitäkin suurempi, mitä konkreettisimmin se esitetään lapselle, ihmiseltä ihmiselle suorassa vuorovaikutustilanteessa. Sadunkerronnan aikana kertoja antaa lapselle itsensä kokonaan elävöityen sadun seikkailumaailmaan. Sadun kertojan ja lapsen välille rakentuu tällöin luottamussuhteen kaltainen side. Vaikka monessa sadussa seikkailee epätodellisia asioita ja olennoita, ei ole syytä ajatella satujen vieraannuttavan lasta todellisuudesta. Itse asiassa satujen luomat mielikuvat ja tätä kautta syntyvä elävöitymisen kyky, auttaa lasta jopa oppimaan ja muistamaan monia asioita paremmin. Saduista lapsi voi saada työkaluja myös myöhempään elämäänsä, paljon satuja kuulleiden lasten on nimittäin todettu kasvavan usein hyviksi kuuntelijoiksi. (Jokipaltio 1997, 8-9.) Erityisesti lapsen empatiakyky ja kommunikointitaidot kehittyvät satujen kuuntelemisen myötä. Lapsen kuunnellessa satuja, hän pohtii ja tekee johtopäätöksiä, miten suhtautua erilaisiin ilmiöihin ja tilanteisiin. Tällöin lapsen arviointikyky kehittyy. Satujen kuuntelemisen ja kertomisen myötä myös lapsen minäkuva, itsetunto ja identiteetti vahvistuvat. (Aikio 2009, 139–142.)

3.2 Kosketuksen merkitys lapselle

Kosketus toimii lapsen ensimmäisenä kommunikaation välineenä ulkomaailmaan (Montagu 1971, 50). Aina kun joku koskettaa toista, tulee kumpikin osapuoli kosketetuksi. Kosketuksen avulla puhuttu puhe menee paremmin perille kuulijalle. Kosketus on keino kommunikoida myös silloin, kun sanoja ei ole. Vanha viisaus sanookin käsien olevan sydämen jatke. Onnistuessaan kosketus saa kohteelleen aikaiseksi huomioimisen tunteen. Myönteinen kosketus tarkoittaa kosketusta, joka on läsnä oleva, arvostaa toista ihmistä ja hänen rajojaan. Siinä on huomioitu myös koskettajan tahto koskettaa omasta halustaan sekä kosketettavan antama lupa kyseiseen tapahtumaan. (Tuovinen 2014, 32- 34.) Hellän kosketuksen tarkoituksena on tuoda lapselle turvaa ja rauhoittaa tätä. Kosketuksen välityksellä lapsen ja aikuisen välille muodostuu hoivaava tunneside, jonka avulla lapsi saa helpotusta oloonsa vaikeissa tilanteissa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 98.)

Hieronta ja sen kautta tapahtuva kosketus edistää lapsen keskushermoston kehitystä avaten ja vahvistaen kehittyvän lapsen hermoratoja. Hieronnalla on kaksoisvaikutus; se kiihdyttää mielihyvähormoni oksitosiinin tuotantoa ja saa aikaan välittömän hyvänolon tunteen. Säännöllisesti toistettuna hieronta kehittää aivoihin läpi elämän kestävän rauhoittumisen ja rentoutumisen hermoradan, puolustusmekanismin liiallista stressiä vastaan. (Juusola 2008.)

Hieromisesta aiheutuva kosketus poistaa jännityksiä ja saa aikaan yhteyden hierojan ja hierottavan välille. Hieronta, hyvältä tuntuva kosketus välittää hierottavalle viestiä siitä, että hänet hyväksytään (Moberg 2007, 133- 134). Kosketus lisää oksitosiinin lisäksi myös dopamiinin ja serotoniinin määrää, jolloin hyvä olo leviää ympäri kehoa. Hyvän olon vaikutuksesta ihmisestä tulee sosiaalisempi ja kiinnostuneempi toisista. (Moberg 2007, 125- 135.) Tällaisen hyvän olon vallitessa lapsen luovuus lisääntyy ja hän kokee tyytyväisyyden tunnetta itsestään ja olotilastaan. Kosketuksen tuoman rentoutumisen vuoksi lapsen ajatukset selkenevät, verenpaine laskee sekä mieli tasaantuu. (Tuovinen 2014, 51- 52.)

3.3 Sadut ja kosketus yhdistyvät satuhieronnassa

Satuhieronnassa yhdistyy siis kaksi lapsen kasvuun ja kehitykseen vaikuttavaa tekijää, satujen lukeminen ja myönteinen kosketus. Käytännössä satuhieronta tarkoittaa lapsen hieromista kevyesti selän, jalkojen, käsien ja pään alueelta. Samanaikaisesti hieronnan aikana lapselle luetaan satua, jota kosketus ja käsillä tehtävät liikkeet havainnollistavat eteenpäin. Käsien tarkoituksena on tehdä iholle piirtäen kuvioita tai liikehdintää. (Tuovinen 2014, 7-13.) Satuhieronta-kirjan sadut eroavat perinteisistä satukirjojen vauhdikkaista ja yllättäviäkin juonenkäänteitä sisältävistä saduista. Satuhierontaan kehitettyjen satujen ja lorujen tarkoituksena on enemmänkin olla hyvää oloa tuottavia ja mukavien mielikuvien tuojia. (Tuovinen 2014, 78.) Hieronnan osalta satuhieronta ei tarkoita perinteistä klassista hierontaa, jonka tarkoituksena on saada veri kiertämään ja avata erinäisiä lihaksia. Satuhieronta tehdään vaatteet päällä eikä siinä ole tarkoituksena tehdä varsinaisia hierontaotteita. Satuhieronnan toteuttamisessa käytetään vain kevyttä pintapuolista kosketusta. (Tuovinen 2014, 18.) Satuhieron-

taan liittyvä kirjallisuus korostaa satujen ja hieronnan yhdistämistä pysäytymishetkenä niin lapselle kuin aikuisellekin.

3.4 Satuhieronnan historiaa

Satuhieronnan syntymiseen on vaikuttanut kymmenien vuosien aikana ilmi tullut varhaiskasvattajien huoli länsimaisen kulttuurin tavasta keskittyä vain tiedon opetteluun, ja siksi tunnetaitojen merkitys on jäänyt usein taka-alalle. Menetelmän luoja ja Sanna Tuovinen kertoo kirjoittamassaan ”Satuhieronta, läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa”- kirjassa (2014) aikaisemmin käytetyn lapsihieronta-käsitteen olleen liian suppea, jolloin hän kehitti tämän rinnalle lopulta aivan uuden termin, satuhieronnan. Tuovisen (2014) mukaan kyseisen menetelmän luomiseen häntä ovat inspiroineet mm. Rosen- terapia sekä Theraplay, joissa esiintyy samankaltaisia piirteitä kuin Satuhieronnassa. (Tuovinen 2014, 8-9.)

Rosen- terapian perusideana nimittäin on hieroa asiakasta ja puhua samalla hänen elämäntilanteestaan kehoa ja tunnetiloja hyväksikäyttäen. (Suomen Rosen- terapeutit ry:n [www-sivut](http://www.sivut.fi).) Theraplayn tarkoituksena puolestaan on vaikuttaa vuorovaikutuksellisesti leikin avulla lapsen ja aikuisen kiintymyssuhteeseen sekä kehitteillä olevaan itsetunnon syntymiseen. (Suomen Theraplay yhdistyksen [www-sivut](http://www.sivut.fi).)

3.5 Satuhieronnan toteuttaminen

Satuhieronnan toteuttamiseen tarvitsee aina kysyä lapselta lupa. Luvan pyytäminen osoittaa lapselle, että hänen rajojaan kunnioitetaan ja hänellä on oikeus ns. omaan tilaan sekä koskemattomuuteen. Sellaiset lapset, jotka eivät vielä osaa puhua, osoittavat hyväksynnän satuhierontaan viihtymällä sylissä ja vierellä. Satuhieronnan tulee siis olla aina vapaaehtoista toimintaa, jossa lapsi haluaa olla osallisena ja jonka aikana hän tuntee olonsa turvalliseksi. (Tuovinen 2014, 15.)

Satuhieronnan tekijänä voi olla lähes kuka tahansa, esimerkiksi oma vanhempi, isovanhempi, sisarus tai päiväkodin työntekijä. Mieluisaa sadun ja kosketuksen yhdis-

tämissä on se, että sitä tehdessä myös harvemmin toisiaan näkevien on helpompi taas löytää yhteys ja luottamussuhde toisiinsa. (Tuovinen 2014, 15). Mielestäni kyseistä menetelmää voi kokeilla hyvin myös uuteen lapseen tutustuessa. Itse sovelsin satuhieronnasta tuttuja selän hivelemisliikkeitä uuteen tuttavuuteen ja jälkeinpäin minulle sanottiin miten hyvin lapsi minut oli ottanut vastaan, vaikka usein hänellä oli tapana vierastaa ventovieraita.

Satuhieronta on helppoa eikä vaadi välttämättä mitään erityisiä konsteja tai sääntöjä, sadun voi halutessaan keksiä itse ja liittää siihen sitä täydentävät liikkeet. Sanna Tuovisen (2014) kirjoittamasta Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen sadun taikaa-kirjasta löytyy kuitenkin paljon erilaisia valmiiksi ohjeistettuja satuja, joista jokainen voi valita mieluisan aihealueen juuri tietylle lapselle. Kyseisessä kirjassa esitellään lisäksi lukuisia kosketuksen tapoja kuten silitykset, painallukset, ylös- ja alaspäin suuntaavat vedot, keinutukset, sivelyt, tassutukset sekä sormilla piirtelyt. (Tuovinen 2014, 22.) Halutessaan hieroja voi himmentää valoja tai järjestää muuta rekvisiittaa tunnelman luomiseksi. Myös esimerkiksi musiikki sopii satuhieronnan taustalle. Esimerkiksi meriaiheisessa sadussa meren kohina taustalla voisi olla lapselle hieno mieleenpainuva kokemus. Rauhallisen tilan avulla on helppo osoittaa lapselle tämän olevan hierojan ja hierottavan yhteinen hetki. Kuitenkin joskus paras hetki satuhieronnan toteuttamiselle voi olla aivan spontaani tilanne. On vain muistettava mukava asento, esimerkiksi makuuasento viltin, sohvan tai sängyn päällä. (Tuovinen 2014, 15 -16)

Satuhieronnassa ideana on lukea satuja hitaalla temmolla, normaalista sadusta poiketen. Liikettä käsillä saa jatkaa niin kauan kuin haluaa ja vasta sitten siirtyä sadun seuraavaan kohtaan. Satua kertovan henkilön on hyvä huomata puhua rauhallisella pehmeällä äänellä luodakseen ympärille seesteisen tunnelman. Erilaisilla äänenpainoilla ja kosketuksen voimakkuuksilla saa tarinaan potkua sekä näin voi viestittää lapselle erilaisia aistitunteja ja pitää hänen mielenkiintoaan yllä. Satuhieronnassa ei ole suinkaan tarkoituksena liikehtiä jokaista sadun sanaa, vaan käyttää selkeitä liikkeilmauksia kuvaamaan joitain sadussa esiintyviä asioita kuten verbejä. Yleisesti ottaen kosketuksessa on kaksi sääntöä, alaspäin suuntautuva liike rauhoittaa ja ylöspäin suuntautuva veto aktivoi. (Tuovinen 2014, 16.)

4 SATUHIERONTA PÄIVÄKODISSA

4.1 Satuhieronta työmenetelmänä

Satuhieronnan tarkoitus työmenetelmänä on auttaa lasta tuntemaan itsensä tärkeäksi ja näyttää, että aikuinen on läsnä, kunnioittaa sekä luo luottamuksellisen suhteen lapsen ehdoilla. (Tuovinen 2014, 12.) Satuhieronnan avulla voidaan myös tehdä päiväkodin arjesta sujuvampaa sekä antaa lapselle mielekkäitä kokemuksia. Kaikista hyödyllisintä satuhieronta varhaiskasvatuksen työmenetelmänä on silloin, kun sitä pystytään toteuttamaan säännöllisesti, jolloin menetelmästä muodostuu lapselle tuttu rutini. Aluksi päiväkoti voisi ottaa satuhieronnan päiväohjelmaansa kerran viikossa ja tämän jälkeen lisätä toimintaa tarpeen mukaan. (Tuovinen 2014, 90- 91.)

Satuhieronta- kirjan tekijän, Sanna Tuovisen (2014) mukaan Satuhieronta työmenetelmänä toimii erinomaisesti myös erityislasten kanssa käytettäväksi. Erityislapsilla satuhieronnan käyttö vaikuttaa erityisesti keskittymiskyvyn parantumiseen sekä paikalla pysymisen taitoon. Rauhoittuminen voi vaatia lapsen luontaisen liikkuvuuden sekä vilkkauden vuoksi tältä paljon, mutta toistot ja rauhoittumisen opettelu tuottavat usein tulosta. Toisaalta myös arkuus ja vetäytyväisyys voivat olla erityisyyden piirteitä, jolloin satuhieronta voisi rohkaista lasta olemaan enemmän kontaktissa muiden kanssa. Menetelmän käyttö on siis rauhallinen keino vaikuttaa erityistä tukea tarvitsevan lapsen ryhmään ja sen ilmapiiriin. (Tuovinen 2014, 19, 106.) Hieronta ja satujen kertominen työvälineenä sopii käytettäväksi päiväkodin lisäksi myös muilla sosiaalialan työkentillä, kuten tukiperhetoiminnassa, lastensuojelussa ja neuvoloissa. (Tuovinen 2014, 8-9.)

4.2 Päiväkodin ryhmät ja sen tuomat haasteet

Päiväkodin arki sisältää usein tilanteita, joissa ryhmätilassa vallitsee kova melutaso ja kiire. Lapsen stressitaso saattaa nousta myös suurten ryhmien vuoksi tai siksi, että hän kokee jäävänsä ilman huomiota jakaessaan aikuisen huomion yhdessä muiden lasten kanssa. Päiväkodin suuret ryhmäkoot saattavat vaikuttaa siihen, että lapsen ja

aikuisen välinen vuorovaikutus jää suhteellisen pieneksi päivän aikana. (Rusanen 2011, 232.) Lapsiryhmän koko ei kuitenkaan ole avainasemassa miettiessä lapsen mahdollisuuksia tulla huomatuksi. Tärkeämpää on, että aikuinen on aktiivinen kanssakäymiseen. Päiväkodin työntekijöiden ammattitaito tulee ilmi heidän kyvystään huomata arjen keskellä ne hetket, jolloin lapsi hyötyisi eniten vuorovaikutuksellisuudesta. (Holkeri- Rinkinen 2009, 218.)

Kosketus ja yksilökohtainen huomioiminen ovat tärkeässä roolissa lapsen varhaisessa kehityksessä ja kasvussa, ja onkin ikävää, ettei kaikilla lapsilla ole mahdollisuutta saada tällaisia kokemuksia kotoaan. Moni lapsi kuitenkin viettää ensimmäiset vuotensa päivähoidossa, joten siksi onkin tärkeää, että turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin vaaliminen otetaan yhdeksi työmenetelmäksi vaikkapa juuri satuhieronnan avulla. (Tuovinen 2014, 90.) Päiväkodissa lapsi opettelee kommunikoimaan niin muiden lasten kuin päiväkodin työntekijöiden kanssa, jotta hän kykenisi pärjäämään tulevaisuudessa mm. koulumaailman vuorovaikutustilanteissa. Päiväkodilla onkin siksi suuri vastuu huolehtia lapsen sosiaalistumisesta. (Parkkinen & Keskinen 2005, 8.) Lukemani kirjallisuuden perusteella voin sanoa, että satuhieronnan käyttäminen yhtenä työvälineenä päiväkodin arjessa pyrkii vaikuttamaan lapsen vuorovaikutustilanteisiin ja kommunikointihäiriöihin positiivisesti.

4.3 Milloin ja miten satuhierontaa toteutetaan päivähoidossa

Päivähoidossa satuhierontaa voidaan hyödyntää parhaiten siirtymätilanteissa, esimerkiksi ryhmän siirtyessä sisältä ulos tai päinvastoin (Tuovinen 2014, 15). Siirtymätilanteissa lapset joutuvat usein odottamaan vuoroaan, ja lapsi voi kokea odottamisen turhauttavaksi sekä jopa jännittäväksi tilanteeksi. Tällöin monille lapsille on tyypillistä aiheuttaa häiriötä kuten muiden tönimistä tai turhaa höpöttämistä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 177.) Lasten erityisyys ja yksilöllisyys tulee usein ilmi juuri kyseenomaisissa siirtymävaiheissa tai pukeutumistilanteissa (Tuovinen 2014, 106). Tyypillisesti siirtymätilanteet ovat todella haasteellisia aistiylierityisherälle lapselle. Aistiyliherkkä lapsi luo itselleen mukavuusalueen välttelemällä muutoksia ja vaihteita, sillä ne ovat aina potentiaalisia epämiellyttävien aistimusten aiheuttajia. Tämän vuoksi lapsen käyttäytyminen saattaa olla hyvin pakonomaista ja täydellisyydenha-

kuista. (Miller 2014, 28- 29.) Satuhierontatuokioilla positiivinen puoli on mielestäni siis se, että sillä voidaan tuoda täytettä ja tekemistä kyseisiin odottamisen hetkiin.

Lisäksi sen voi myös helposti liittää päiväkodin muuhun toimintaan, kuten esimerkiksi musiikki- tai satutuokioille. Menetelmää voidaan käyttää myös liikunnan jälkeen loppurentoutuksena, jolloin lapsien on helpompi rauhoittua takaisin päiväkodin päivärytmiin. (Tuovinen 2014, 15.)

Satuhierontaa koettaville lapsille on muistettava kertoa ja selventää, ettei hieronta koskaan ole toisen satuttamista eikä kutittamista (Tuovinen 2014, 114). Tekemieni satuhierontojen kautta koen, että lapset osaavat suhteellisen hyvin kertoa minkälaisesti liikkeestä pitävät ja mikä heistä tuntuu ilkeältä. Arkaa lasta voi ohjeistaa ja kannustaa vierestä, jolloin hän saa rohkeutta koskea vieressä olevaan kaveriin. Kun lapsi pääsee hieromaan toista lasta, opettelee hän liikkeen yhdistämistä tarinan kerrontaan sekä siinä käytettävää symboliikkaa. Satuhieronnan kautta on mahdollista tehostaa oppimista, kun esimerkiksi sen aiheena on kirjainten piirtäminen toisen selkään. Tällöin kosketusmuistiin tallentuu kirjainten ääriviivat. (Tuovinen 2014, 106, 112, 114 - 115.)

4.4 Yksin tai yhdessä

Satuhierontaa voidaan toteuttaa päivähoidossa siten, että aikuinen hieroo yksitellen jokaista lasta. Lapset voidaan ottaa yksitellen tiettyyn tilaan tai lapset odottavat vuoroaan samassa tilassa missä satuhieronta tapahtuu. Ensimmäisessä vaihtoehdossa hieronnalle tulee aina katsoa sopiva hetki, jolloin aikuinen voi poistua tilasta lapsen/lasten kanssa häiritsemättä muita. (Tuovinen 2014, 15.) Erityislapselle satuhieronnasta voi olla apua erityisesti silloin, kun kaikki häiriötekijät lapsen ympäriltä on poistettu, mukaan lukien muut lapset, jolloin toiminta on juuri yksilöllistä. Kahdestaan tapahtuvan satuhieronnan kautta lapsi saa kokea, että juuri hänelle annetaan aikaa ja hänen tarpeitaan kuunnellaan. (Tuovinen 2014, 67.)

Päiväkodissa lapsi on aina osana ryhmää. Ryhmä saattaa haastaa lapsen kehittämään omia selviytymiskeinojaan, joten lapsi tarvitsee esimerkkejä ja ohjausta saadakseen

tarvittavat sosiaaliset taidot. Siksi toinen tapa toteuttaa satuhierontaa on käyttää hyödyksi ryhmätilannetta, jolloin lapset pääsevät hieromaan toisiaan piirissä tai jonossa. Toisen lapsen hierominen opettaa keskittymään parhaillaan tapahtuvaan tekemiseen ja tietämään millaista on oikeaoppinen kosketus muihin ihmisiin. Satuhieronnan myönteinen kosketus ja sen tuomat vaikutukset vahvistavat myös ryhmän yhteisöllisyyttä. (Tuovinen 2014, 91, 105, 106.)

Satuhierontatuokioita toteuttaneena ajattelen menetelmän parantavan erityistä tukea tarvitsevan lapsen sosiaalista kanssakäymistä juuri ryhmätilanteessa. Kun satuhierontaa toteutetaan koko ryhmälle kerralle, ei erityisyys edes pääse erottumaan joukosta (Tuovinen 2014, 106). Erityislasta tarkkaillessa on huomioitava se, että lapsi käyttäytyy usein eri tavalla ollessaan kahden aikuisen kanssa kuin lapsiryhmän keskuudessa. Lapsen kommunikointi voi vaihdella myös sen mukaan onko tilanne ohjattu vai vapaa leikki-tilanne. (Parkkinen & Keskinen 2005, 9.)

Yksi tärkeimmistä päiväkodin toimintaperiaatteista on lapsilähtöisyys, joka näkyy päiväkodin toiminnan yksilöllisyyden korostamisessa lisäksi myös vuorovaikutuksessa. Jokainen lapsi otetaan omana itsenään huomioon, mutta huomioidaan kuitenkin se, että lapsen tulisi olla ryhmän jäsen. Jokaisella lapsella on erityisyydestään huolimatta oikeus osallisuuteen sekä yhteisöllisyyteen. (Parkkinen & Keskinen 2005, 9- 10.) Lapsilähtöisyys on kasvattajien pyrkimys ymmärtää lapsen erityislaatua ja ottaa se huomioon kasvatuksen ja opetuksen käytännössä. Asian ymmärtäminen vaatii päiväkodin henkilökunnalta kasvatuksen ja opetuksen toteuttamista siten, että lapsen sosiaalisia kykyjä ja taitoja arvostetaan ja hänelle annetaan tilaa sekä aikaa kasvaa omaksi minuudekseen. (Jantunen 2007, 115.) Päiväkodin olisi hyvä käyttää siis satuhieronnan kaltaisia työmenetelmiä välillä myös siten, että lapsi ei ole eristettynä toiminnan aikana muista.

4.5 Apua nukkumistilanteisiin

Erityisesti päiväkodin lepoaika saattavat usein olla sekä henkilökunnalle että lapsille haastavia siirtymätilanteita. Kokemuksestani henkilökunnan määrä voi tuntua riittämättömältä ja lapset käyvät levottomiksi ja riehakkaiksi unille mentäessä. Myön-

teinen kosketus ja rauhallinen satujen lukeminen voivat olla suurena apuna lepo-
hetken koittaessa. Ensimmäisessä harjoittelussani päiväkodissa nukutimme lapset silitte-
lemällä heidän päitään. Tutustuessani satuhierontaan paremmin, tajusin juuri turvalli-
sen kosketuksen vaikuttaneen lapsen kykyyn nukahtaa paremmin. Myös pelkkä kä-
den kosketus selän päällä tai kädellä voi toimia unilääkkeen tavoin.

Satuhierontaa voi toteuttaa unihetkellä monin eri variaatioin. Jos lapsia ei ole paljon,
voi aikuinen tehdä lyhyen hieronnan jokaiselle lapselle vuorotellen jo ennen sänkyyn
asettumista. Tuovinen (2014) kirjoittaa satuhieronnan katselemisenkin olevan jo it-
sessään mielenkiintoista, jolloin lasten on helppo odottaa omaa vuoroaan. Halutes-
saan hieronnan voi tehdä lapsen maatessa jo sängyllä, jolloin päiväkodin työntekijä
kiertää vuoteet vuorotellen. Lepohetkellä toteutettavassa tuokiassa kannattaa käyttää
lyhyitä hierontoja ja satuja. Satuhieronnan vaikutuksena nukahtaminen helpottuu lap-
sen kokiessa aikuisen läsnäolevaksi ja ilmapiirin turvallisesti silmien ummistami-
seen. Päiväkodin henkilökunta voi ehdottaa vaikeasti nukahtavien lasten vanhemmil-
le sadun ja kosketuksen yhdistämistä myös kotiolosuhteissa, jolloin lapsi saa itselleen
toistuvan, turvallisuutta luovan rutiinin.

Seuraavaksi esittelen päiväkodin lepo-
hetken mainiosti soveltuvan satuhieronnan
ohjeineen. Sadun ja siihen kuuluvat liikkeet on ideoinut satujoogaohjaaja Jenny Silta-
la. Kyseisen sadun jälkeen näytillä ohjeistuksia satuhieronnassa käytettäviin otteisiin.

MITTARIMATO

Mittarimato, mittarimato, kierteli ja kaarteli (sormella koukeroita selkään)

Mullan alla mutkitteli (kämmenellä keinuntaa)

Etsi koloa mihin mennä asumaan (piirretään kolme ympyrää selkään lapaluiden
kohdalle, kaksi ylös ja yksi hiukan alemmas kolmiomuodostelmaan)

Kierteli, kaarteli (sormella piirretään selkään)

Vielä vähän mutkitteli (keinuntaa kämmenellä)

Löysi kolon johon rakastui (piirretään yksi ympyrä)

Sukelsi sinne asumaan (veto koko kämmenellä alaselästä ylös ja painallus ylhäällä)

Ja asui siellä onnellisena elämänsä loppuun saakka (silityksiä ylhäältä alas)

(Tuovinen 2014, 97- 98.

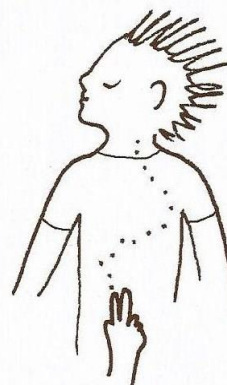
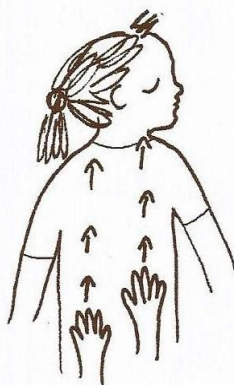
SATUHIERONTAOTTEITA

Satuhieronnassa voi käyttää monenlaisia liikkeitä, niiden rytmejä ja suuntia kuvaamaan sadun tapahtumia. Kosketuksen muotoja on lukuisia: silityksiä, painalluksia, ylös- tai alaspäin suuntaavia vetoja, keinutusta, kevyttä hankausta, taputuksia, tassutuksia, sivelyjä, sormilla piirtelyä. Välillä kädet voivat olla ihan vain paikallaan lämmittämässä selkää.

ALOITUS JA LOPETUS: Satuhieronnan voi aloittaa ja lopettaa laskemalla molemmat kädet hetkeksi keskiselän päälle vierekkäin. Ele kertoo, milloin rauhoitutaan ja astutaan sadun maailmaan, ja myös milloin on aika palailla sieltä takaisin. Selkeä aloituksen ja lopetuksen merkitseminen tuntuu hierottavasta turvalliselta.



*painava
karhun
löntystä*



*huiri
kipittää*

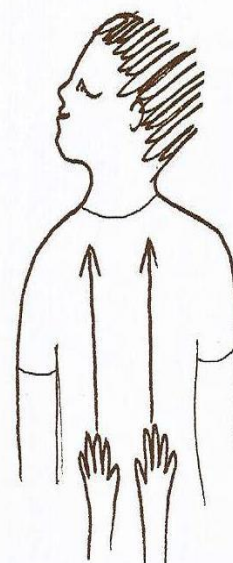
KÄVELY/TASSUTUS: Rytmikkäällä, toistuvilla tassutuksilla on tunnetusti rauhoittava vaikutus lapseen. Satuhieronnoissa kävelijä voi olla siili, pupu, merirosvo tai vaikka tutkimusmatkailija. Kevyen eläimen tassutus tuntuu erilaiselta kuin karhun askellus. Eläydy tulkintaasi, jolloin kosketuskerronnasta tulee paljon vaikuttavampaa ja olet enemmän läsnä.

* *Pupu uneksii* s. 100

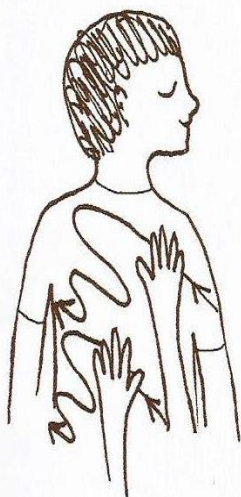
Kuva 1. Hierontaotteita (Tuovinen 2014, 22.)

PUUNRUNKO: Liike, jossa molempia kämmeniä kuljetetaan rauhallisesti alaselältä yläselkää kohti, on turvallisuutta tuova ja samalla voimaa antava ja aktivoiva. Voit painaa hivenen enemmän, jotta puun vankkuus ja voima välittyy liikkeesi kautta hierottavallesi.

* *Metsäretki* s. 56 * *Taikapuu* s. 28

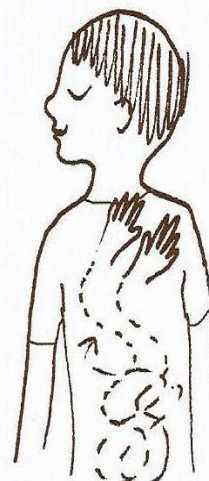


koko selän pituinen puunrunko



*revontulet
loimuavat*

*tuuli
heiluttaa
puun
oksia*



TUULI JA REVONTULET: Tuuli ja revontulet (= aurinkotuuli) ovat eloisaa liikettä, kuin käsien tanssia. Revontulet ovat hivenen hitaampia ja tuntuvampia kuin eteerinen, kevyt tuuli. Anna tunteittesi ohjata käsiäsi ja antaudu liikkeen rytmille. Tämä luova, vapaa liike rentouttaa hyvin myös tekijäänsä.

* *Revontuli* s. 38 * *Vuodenajat* s. 84

Kuva 2. Hierontaotteita (Tuovinen 2014, 23.)

5 SATUHIERONNAN VAIKUTUKSET

5.1 Fyysiset vaikutukset

Satuhieronta on ennen kaikkea fyysistä, siinä ollaan toisen lähellä ja se saa aikaan erilaisia tuntemuksia iholla. Lukemastani lähdekirjallisuudesta tulee selkeästi ilmi, miten satuhieronnan fyysiset vaikutukset tukevat lapsen kasvua ja kehitystä monipuolisesti. Aiemmin mainittu satuhieronnan vaikutus nukahtamiseen voidaan sisällyttää kyseisen menetelmän fyysisiin vaikutuksiin. Nopeamman nukahtamisen lisäksi sillä on myös vaikutusta unen laatuun sen rentouttavan jälkivaikutuksen seurauksena. On myös huomattu, että satujen ja hieronnan yhdistäminen auttaa kipu- ja särkytilojen lievityksessä. Esimerkiksi myötäpäiväiset hitaasti tapahtuvat pyörytykset voivat auttaa lapsen vatsakipuihin. (Tuovinen 2014, 13, 16.)

Satuhieronnan avulla voidaan myös parantaa mm. lapsen stressinhallintakykyä sekä ennaltaehkäistä mahdollisia stressiperäisiä ongelmia. Stressistä kärsivä lapsi voi saada apua rauhoittumiseensa jo siitä, että hän on samassa huoneessa, jossa satuhierontaa toteutetaan jollekin toiselle lapselle. (Tuovinen 2014, 46, 116.) Satuhieronnan yksi suurimmista fyysisistä hyödyistä on kuitenkin lapsen mahdollisuus rentoutumiseen ja rauhoittumiseen. Ne antavat lapselle pienen lepo hetken päivän keskellä ja samalla hän voi tuntea itsensä huomioiduksi. (Tuovinen 2014, 51.)

Myös lapsen motoriiikan ja kehonhallinnan paraneminen ovat Satuhieronnan harjoittamisen fyysisiä vaikutuksia, jotka myönteinen kosketus saa aikaan. (Tuovinen 2014, 62). Osalla lapsista esiintyy aistiyliherkkyyttä, joka määrittelee jonkin verran lapsen käyttäytymistä, sillä kosketus ei merkitse samaa kuin ns. tavallisille lapsille. Se voi satuttaa tai se ei tunnu lähes miltään. Satuhieronnan kautta rauhallista kosketusta voi kuitenkin opetella myös erityisherkillä lapsilla. Jos satuhieronta ei saa aikaan lapsessa fyysisiä tuntemuksia, voi hierontaotteissa käyttää varovasti enemmän voimaa. Toiset lapset puolestaan kokevat kosketuksen epämieluisana, jolloin satuhieronnan avulla voidaan tutustua kosketukseen lapsen ehdoilla ja rytmillä. (Tuovinen 2014, 62.)

5.1.1 Lapsen stressinhallinta ja rentoutuminen

Ihmisen taistelu- ja pakoreaktio eli stressi pääsee valloilleen ihmisen kohdatessa pelottavia tai hänelle liian haastavia tilanteita. Pienissä määrin stressi voi lisätä yksilön suorituskkyä ja olla hyödyllinen eteenpäin pääsyssä. Niin aikuiset kuin lapsetkin tarvitsevat elämäänsä tilanteita, joissa he joutuvat ponnistelemaan, kehittymään ja haastamaan itseään. Tuovinen (2014) kirjoittaa liian stressittömän ja haasteettoman elämän olevan jo stressinaiheuttaja itsessään. On kuitenkin havaittava, että lapsen kehon ollessa stressitilassa liian pitkään, saattaa lapsi altistua psyykkisille sekä somaattisille sairauksille. Lapsena koettu stressi on yhteydessä mielenterveysongelmiin, esimerkkinä masennukseen ja ahdistukseen. Lapsen stressi ilmenee yleensä siten, ettei tämä päästä aikuista lähelleen tai tällä on huomattavaa levottomuutta, ylivilkkautta tai syrjään vetäytymistä. Useimmiten lapsi tarvitsee aikuisen apua päästäkseen yli stressaavasta elämäntilanteesta. Toistuvat tuntoaistimukset iholla vaikuttavat aivojen toimintaan, luovat sinne soluyhteyksiä ja täten kehittävät lapsen stressinhallintakykyä. (Tuovinen 2014, 46, 63.)

Tutkimusten mukaan lapsen kyky tulla toimeen toisten lasten kanssa sekä ratkaista sosiaalisia ongelmia laskee, kun lapsen kokema stressi lisääntyy. On huomattu, että lasten kesken syntyy tällöin helpommin riitoja, eikä riidoista opita ongelmanratkaisutapoja. Riidat sen sijaan vain lisäävät pettymyksiä ja turhautumista. (Keltikangas-Järvinen 2012, 87 - 91.)

Taistelu- ja pakoreaktion eli stressireaktion lisäksi ihmisellä on sisällään rauhoittumisreaktio. Näiden kahden reaktion välillä pitää vallita tasapaino hyvinvoinnin säilymiseksi. Jos lapsi saa kokea lapsuudessaan paljon hyviä rentoutumisen hetkiä, auttaa se häntä erityisesti myöhemmällä iällä tärkeissä stressinhallintataidoissa. Rauhoittuminen huoltaa ja hoitaa kehoa sekä poistaa esimerkiksi eroahdistuksesta johtuvaa stressiä lapsen oppiessa käsittelemään stressiä rauhoittumisen ja paikalleen pysähtymisen kautta. (Tuovinen 2014, 51.)

5.1.2 Lapsen kehonhallinta ja tuntoaistin vaikutus motoriikkaan

Tuntoaisti on ihmisen aisteista tärkein ja vanhin (Montagu 1971, 7). Jo pienten vauvojen keino tutustua vanhempiinsa on kosketus. Koskettaminen luo vauvalle turvallisuuden tunteen, se auttaa itkuun sekä muodostaa vauvalle kokemuksen kehostaan. Aikuisen on osattava käyttää hoivaavaa kosketusta löytääkseen lapsen kanssa fyysisen tunneyhteyden, jonka avulla hän kykenee luomaan turvaa tuottavan ihmissuhteen. Turvallinen kosketus lapsen kehoon vaikuttaa myös muidenkin kuin lapsen omien vanhempien kanssa samalla tavalla tukien lapsen ja aikuisen välistä suhdetta. (Kanninen & Sigfrids 2012, 98.) Kosketus ja samanaikainen liike vahvistavat lapsen kehonkuvaa ja itseluottamusta. Kosketus iholla auttaa lasta kokemaan itsensä kokonaiseksi ja tiedostamaan, että kehon eri osat liittyvät vartalon välityksellä toisiinsa. (Keskosvanhempien yhdistyksen www-sivut.) Kosketuksen kautta lapsi kokee tuntemuksia ja aistit saavat ärsykettä, jolloin lapsi hahmottaa mistä tunne tulee ja miltä se tuntuu. Ihmisen iho on suurin elin, jolla meistä jokainen tuntee, muistaa ja kokee. Tuntoaistin tehtävänä on kertoa ympärillä tapahtuvista asioista kuten lämpötilan muutoksista, asennosta, liikkeestä, kivusta ja mielihyvän saamisesta. Tuntoaistin tarkoitus on suojella ihmistä ulkoisilta vaaroilta. (Tuovinen 2014, 62 - 63.) Opinnoissani meille on opetettu, että aistien ärsyttämisessä apuna voi käyttää monenlaisia erilaisia tapoja, kuten sulalla hivelyä tai pallolla pyörittelyä.

Aistiyliherkällä lapsella on alentunut kyky havaita ja erotella eri aistien kautta tulevaa tietoa sekä hänellä saattaa olla vaikeutta aistimusten käsittelyssä. Lapsi voi siksi reagoida aggressiivisesti tai vetäytyä omiin oloihinsa. Heikosti aistiärsykkeisiin reagoiva lapsi ei välttämättä reagoi tavallisiin ärsykkeisiin, joten siksi hän tarvitsee tavallista voimakkaampia ärsykeitä toimiakseen asianmukaisesti ja osatakseen toimia vuorovaikutteisesti. (Terveyskirjaston www-sivut.) Aistiyliherkän (Sensory Over-Responsive SOR) lapsen tapana on reagoida aistituntemuksiin herkemmin ja nopeammin kuin lapsen, jonka aistitiedonkäsittelyssä ei ole poikkeuksia. Aistiyliherkästä lapsesta pystyy huomaamaan miten tämä välttelee aistituntemuksia, sillä lapsi kokee aistien kautta tulevat ärsykkeet epämieluisina tai jopa uhkaavina. Yliherkkyyttä esiintyy tyypillisesti yhdessä aistissa, mutta on myös mahdollista, että aistiyliherkkyyttä näyttäytyy laajemmin useamman aistin kohdalla. (Miller 2014, 28 - 29.) Ais-

tiyliherkkyyden lisäksi lapsella voi esiintyä erityisherkkyyttä, jota voi olla mm. omien kokemusten tarkka pohdinta, voimakkaiden tunteiden kokeminen ja reagointi herkästi auktoriteetin mielialoihin. Erityisherkkä lapsi myös ylikuormittuu helposti aistiärsykkeiden viidakossa. Erityisherkkää lasta voi auttaa selviytymään muutoksista ja uusista tilanteista selittämällä tarkkaan mitä seuraavaksi tapahtuu. On tärkeää myös olla painostamatta tällaista lasta ja rohkaista tätä saavuttamaan haluamiaan asioita. (Tuominen 2015, 42 - 45.)

Kosketuksen kautta kehon eri osat tulevat lapselle tutuiksi ja mitä paremmin lapsi tuntee kehonsa, sitä paremmin hänen motoriikkansa kehittyy ja lapsi oppii ottamaan käyttöön uusia taitoja. (Tuovinen 2014, 62.) Kosketus kulkeutuu syvälle aivoihin alueelle, jossa ihminen muodostaa kokonaiskuvaa kehostaan ja itsestään (Lastenpsykiatri Mäkelä, vauva.fi). Erityisesti selkään kohdistuva positiivinen kosketus on tarpeellista lapselle, sillä siellä sijaitsee kehonhallinnan kannalta tärkeä tukiranka (Tuovinen 2014, 21). Kasvavan lapsen on hyvä saada kosketusta selän lisäksi myös käsiin ja jalkoihin. Jalkoihin kohdistuva hieronta voi auttaa myös kasvukipujen lievittämisessä. (Tuovinen 2014, 62 - 63.)

5.2 Psyykkiset vaikutukset

On huomattu, että satuhieronnalla on paljon vaikutuksia lapsen psyykkiseen hyvinvointiin. Nämä vaikutukset ovat huomattavia lapsen normaalin mielenterveyden ja hyvinvoinnin kannalta, joten jo näillä perusteilla olisi satuhieronta oiva menetelmä tukemaan jokaisen lapsen kehitystä. Psyykkisesti satuhieronta vaikuttaa lapsen elämään esimerkiksi ehkäisten mahdollisia mielenterveysongelmia. Satuhierontatuokioiden on myös todistettu parantavan lapsen elämänlaatua sen antamien huomionhetkien vuoksi. Kokeilujen mukaan tämän työmenetelmän käyttö kehittää myös luovuutta ja tukee oppimista. Satuhieronnan aikana lapsi saa nimittäin käyttää omaa mielikuvitustaan rajattomasti. Lisäksi sen käytöllä on vaikutuksia pelkotilojen ja ahdistuksen lievityksessä sekä siitä voi olla apua myös traumaattisten kokemusten selvittelyssä. (Tuovinen 2014, 12, 79.) Lapsella voi olla myös kosketuksesta pahoja muistoja, jos hän on kokenut väkivaltaa lapsuudessaan. Turvallisen ja hyvän koske-

tuksen kautta lasta autetaan myös pääsemään eroon ahdistavista tuntemuksistaan. (Tuovinen 2014, 33.)

Satuhieronnan aikana voi huomata miten lapsen hengitys tasoittuu. Tällöin voi olla hyvä kokeilla hengittää samaan tahtiin, jotta lapselle syntyy entistä rauhallisempi ja luottavaisempi olo. Myös saman sadun toistaminen monta kertaa luo lapselle tutun ilmapiiirin. Kun luottamussuhteen rakentuminen aikuisen ja lapsen välillä onnistuu, voi sillä olla hyvin kauaskantoisia positiivisia seurauksia sen vaikuttaessa mm. myöhemmällä iällä tapahtuvaan parisuhteeseen ja kykyyn tulla rakastetuksi. ”Satuhieronta, läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa”- kirjasta ja satuhieronnan internetsivuilta löytää paljon kokemuksia menetelmän vaikutuksesta lapsen ja aikuisen väliseen luottamussuhteeseen. Yksi satuhieronnan tuoma vaikutus oli se, miten äidin ja lapsen välinen kiintymyssuhde oli lähentynyt menetelmää käyttämällä huomattavasti. (Tuovinen 2014, 36, 41, 42.)

Satuhieronnan tarkoituksena on myös sanallisesti tukea lasta itsetunnon muodostamisessa. Satuihin kätkeytyy paljon erilaisia viestejä, joiden avulla lasta voidaan kehua. Jokin satu voi kokonaan kertoa myönteisiä asioista lapsesta opettaen tälle arvokkuuden tunnetta itsestään. Sadussa voi mm. kertoa ketkä lasta rakastavat ja ketkä ovat hänen elämänsä muut tärkeät ihmiset. (Tuovinen 2014, 42.) Mielestäni satuhieronta tukee itsetunnon vahvistumista juuri siitä huokuvan lämmön, kiinnostuksen ja välittämisen avulla.

5.2.1 Luottamussuhteiden tärkeys lapselle

Pienelle vauvalle luottamus ja läheisyys aikuisuuteen ovat yhtä elintärkeitä kuin ravinto. Läheisyyden ja hellyyden puutos voi vaikuttaa negatiivisesti lapsen kasvuun ja kehitykseen. (Tuovinen 2014, 41.) Luottamussuhteet rakentuvat useimmiten hyväksynnästä ja toisen kunnioittamisesta. Hyväksyntä tarkoittaa lapsen huomioimista vahvuuksineen ja heikkouksineen. Kunnioitus puolestaan tarkoittaa esimerkiksi yksityisyyden suojelemista. Luottamuksellisen suhteen luomisessa on tärkeää ottaa huomioon se, että lapsi ei aina välttämättä edes tiedä, mitä aikuinen häneltä vaatii ja ha-

luaa. Tämän vuoksi aikuisen on hyvä huomata selittää lapselle toimintamalleja kertomalla, mitä seuraavaksi tapahtuu ja miten lapsen tulisi käyttäytyä. (Aho 2000, 6.)

Vuorovaikutus on luottamussuhteen kehittymisen edellytys. Luottamussuhteelle on ominaista vahvan tunnesiteen kehittyminen lapsen ja aikuisen välille. Tärkeää on myös kummankin osapuolen halukkuus läheisyyteen sekä vastavuoroisuuteen. Turvallisen luottamussuhteen ehtoja ovat aikuisen kyky reagoida lapsen tarpeisiin. Lisäksi hänen tulee tietää ja oppia mikä tuntuu lapsesta mukavalta. (Korhonen 2006, 309 - 310.)

Jo pieni lapsi huomaa kenellä hänen hoitajistaan on kyky olla iloa tuottavassa vuorovaikutuksessa hänen kanssaan. Lapsi alkaa luottaa hoitajaan, joka on parhaiten saatavilla ja on läsnä oleva. Pelkkä läsnäolo ei itsessään siis riitä, mikäli aikuinen haluaa luoda lapsen kanssa hyvän luottamussuhteen. Iloa tuottava vuorovaikutus tarkoittaa aikuisen kykyä olla itse aloitteellinen osapuoli. (Rusanen 2011, 199.) Salminen ja Tynnen (2011) vahvistavat saman asian kirjoittaessaan, että on tärkeää, että lapsella on yksi tai useampi aikuinen, johon lapsi voi turvautua esimerkiksi päiväkodissa. Silloin kun lapsella on hyvä, turvallinen ja kiinteä suhde johonkuvun päiväkodin aikuiseen, on lapsen tällöin helpompi turvallisesti mielin leikkiä ja tutkiskella ympäristöään. (Salminen & Tynnen 2011, 30 - 31, 44.)

5.2.2 Itsetunnon ja arvokkuuden vahvistaminen

Lapsen hyvällä itsetunnolla tarkoitetaan lapsen myönteistä ja totuudenmukaista käsitystä itsestään, omista ominaisuuksistaan ja taidoistaan. Itsetunto-käsitteen voi kiteyttää itsensä tuntemiseen ja itsensä hyväksymiseen. Itsetunto kehittyy ja muokkautuu läpi elämän, mutta tärkeimmät itsetunnon vahvistumisen kaudet ovat varhaislapsuudessa sekä nuoruudessa. Lapsen ympärillä olevien aikuisten tehtävänä on viestittää katsekontaktilla, ilmeillä, kosketuksella ja äänenpainoilla lapselle tämän olevan arvokas. (Mannerheimin lastensuojeluliiton [www-sivut](http://www.sivut.fi).) Joskus aikuinen viestittää huomaamattaan lapselle juuri eleillä, katseella tai toiminnalla, että lapsen pitäisi olla erilainen kuin on. Tällainen kokemus haavoittaa ihan jokaista lasta, mutta erityisesti erityislapsi saattaa aistia sen. Erityislapsi saattaa kokea, ettei hänen luottamuksensa

aikuiseen ole kohdillaan. Kun aikuisen katse sekä kohtelu osoittavat lapsen kelpaavan omana itsenään, tuntee lapsi itsensä arvokkaaksi ja tärkeäksi. (Mattila 2011, 93.)

Lapsen itsetunnon vahvistuminen tarvitsee kasvaakseen turvallisia ja luotettavia aikuisia. Jokainen onnistunut kohtaaminen varhaislapsuudessa on lapsen itsetunnon kannalta merkityksellinen. (Mattila 2011, 67, 70.) Hyvä itsetunto rakentuu aikuisen osoittamasta hyväksynnästä ja rakkaudesta. Lapsen ja aikuisen keskinäinen avoin vuorovaikutus on isossa asemassa lapsen itsetunnon rakentamisessa. Mitä paremman vuorovaikutussuhteen lapsi ja hänen kanssaan työskentelevä aikuinen onnistuu samaan, sitä realistisemman ja vahvemman itsetunnon lapsi pystyy itselleen rakentamaan. (Aho & Heino 2000, 19 - 20.) Turvallisten ja luotettavien aikuisten tehtävänä on luoda lapsen itsetuntoa tukeva kasvatusilmapiiri- ja ympäristö. Kun ilmapiiri on turvallinen, uskaltaa lapsi kokeilla ja sitä kautta myös mahdollisesti epäonnistua. Kommunikaatio ja vuorovaikutus ovat avointa tällaisessa itsetuntoa tukevassa ilmapiiressä. (Aho & Heino 2000, 24.)

Lapsen ollessa persoonaltaan ja temperamentiltaan ujo tai herkkä, on vanhempien huolehdittava, ettei lapsen toimintaa mitätöidä tai häntä kielletä liian tiukasti. Lapsi voi silloin olla huolehtia liikaa, onko hän tarpeeksi kiltti ja arvokas vanhemmilleen ja osaako hän toimii oikein. Tämä saattaa vaikuttaa esimerkiksi teini-ikässä siihen, että lapsen on vaikeampi erottaa todellisia, itselleen tärkeitä asioita toisten ihmisten tarpeista. (Mannerheimin lastensuojeluliiton [www-sivut](http://www.sivut.fi).)

Lapsen hyvän kasvun ja kehityksen kannalta on tärkeää, että lapsi uskoo omaan arvoonsa. Jotta lapsi oppisi tuntemaan oman arvonsa, tarvitsee hän arvostuksen kokemuksia toistuvasti lähimmäisiltään. Kasvaessaan lapsi etsii hyväksyntää ympäriltä olevilta ihmisiltä rakentaakseen itsetuntoaan sekä omanarvontunnettaan. Arvostaakseen itseään, tulee lapsen myös oppia arvostamaan kanssaeläjiään. (Mattila 2011, 91) Tuovinen (2014) kertoo uskovansa, että yhteiskunnassamme hoidetaan liian helposti oireita mielenterveyspalveluilla. Hänen mielestään kyseiset oireet voivat johtua lapsuuden aikana puuttuvasta kosketuksesta. Lapsi ei ole tällöin saanut kokea olevansa arvokas ja tärkeä. (Tuovinen 2014, 71.)

Aikuisen kyky vastata lapsen tarpeisiin tuottaa lapselle rauhoittumisen tunteen ja lisää hyvää oloa sekä luottamusta. Tämä tarkoittaa lapselle itsesäätelyn taidon oppimista ja kykyä luottaa itseensä. Lapsi ymmärtää tällöin olevansa arvokas ja heidän välillään oleva kiintymyssuhde vaikuttaa positiivisesti lapsen itsetuntoon sekä itseluottamukseen. (Rusanen 2011, 74.)

Jokaisella lapsella on yhtäläinen oikeus tuntea itsensä arvokkaaksi erityisyydestään huolimatta. Satuhieronta-kirjassa esitelty ”Merirosvolaiva”- satu vahvistaa lapsen tunnetta omasta arvokkuudestaan.

MERIROSVOLAIVA-SATUHIERONTA

Neljä merirosvoa lähti kaukaiselle saarelle (kädet selän päällä)

Laiva keinui aaltojen mukana. Merellä oli isoja aaltoja ja pieniä aaltoja (tee iso- ja aaltoja alaselästä olkapäihin asti ja pieniä aaltoja yläselälle)

Alkoi sataa vettä.

Ensin vettä tuli kaatamalla. Sitten sade hiljeni. (sormilla sateen ropinaa)

Aurinko alkoi paistaa lämpimästi. (kämменillä auringon lämmittävää pyöritystä).

Edessä näkyi saari. Laiva ajoi sen rantaan. (pidä käsiä paikoillaan selällä)

Merirosvot nousivat maihin ja lähtivät seuraamaan karttaa. (askella kämменillä pitkin selkää).

He tiesivät että saarella oli kallisarvoinen aarre (piirrä selkään ruksi)

ja he tahtoivat löytää sen. (tee askeleita ruksin luo)

He kulkivat ylös ja alas, ja etsivät ja etsivät. (askella kämменillä pitkin selkää).

He kulkivat pitkin rantoja ja kallioita.

Sitten he löysivät sen. (askeleet pysähtyvät)

Tiedätkö mikä se aarre on? (kysytään lapselta)

Se olet SINÄ! (anna iso halaus)

(Tuovinen 2014, 109.)

5.3 Sosiaaliset vaikutukset

Sadun ja hieronnan yhdistämisellä on huomattu olevan monella tapaa vaikutuksia lapsen sosiaaliseen hyvinvointiin kuten kuuntelemiseen, keskustelutaitoihin, yhteistyötaitoihin ja ryhmässä toimimiseen. Satuhieronnan käyttö vaikuttaa positiivisesti lasten ja aikuisten välisiin suhteisiin, mutta myös lasten välit toisiin lapsiin paranevat luottamuksen kasvaessa. Satuhieronnan käyttäminen esimerkiksi päiväkotiympäristössä ehkäisee eritoten mm. sosiaalisesta kanssakäymisestä aiheutuvia kiusaamistilanteita. Kiusaamistilanteet vähenevät lasten päästessä kokeilemaan toisilleen satuhierontaa, koska tällöin he tutustuvat lähemmin toisiinsa kosketuksen kautta ja kokevat tekemisestään samanarvoisuutta. Hellä kosketus muuttaa lapset hyväntahtoisiksi toisiaan kohtaan, mikä vähentää toisten nimittelyä sekä yleistä tönimistä. (Tuovinen 2014, 90, 105 - 106.) Ruotsalainen professori Kerstin Uvnäs-Moberg vahvisti hieronnan vaikutuksen lapsiin tutkimalla juuri päiväkotiryhmien hierontatilanteita. Hieromisen jälkeen töniminen väheni ryhmissä huomattavasti. Erityisesti kosketus muutti vilkkaimpien poikien aggressiivista käytöstä ja täten vahvisti heidän kykyään toimia ryhmän jäsenenä. Kosketus on ikään kuin suora väylä ihmiseen, jota ihmiset voivat käyttää avukseen sosiaalisten suhteiden parantamisessa. (Mäkelä 2015.) Satuhieronnan tuoman hellän kosketuksen ja läheisyyden on huomattu siis vaikuttavan lapsen empatiataidon ja kyvyn kehittymiseen (Tuovinen 2014, 8).

Satuhieronta on lapselle ikään kuin leikkiä, jossa sosiaaliset taidot harjaantuvat huomaamatta. Lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät erityisesti kun lapsi saa itse toimia hierojana, sillä tällöin ryhmähenki kehittyy ja lapsi tuntee itsensä hierojan roolissa tarpeelliseksi hyvänolon tuottajaksi. Toiminnalla on vaikutusta tällöin myös lapsen empatiakyvyn kasvuun. Satuhieronta luo ympärilleen myös myönteistä ilmapiiriä ja mukavaa kaivattua yhdessäoloa sekä tekemistä sosiaalisen kanssakäymisen muodossa. Satuhieronnan tarkoituksena on antaa lapselle läheisyyden ja vuorovaikuttamisen hetki. Hierontatilanne lähentää pienin askelin hierojaa sekä hierottavaa ja läsnäolo saa aikaan tunnetilan, jossa aikuinen ja lapsi ovat yhteisessä sadunhoitoisessa maailmassa. Näin lapsi tulee nähdyksi ja tuntee luottamuksen tunnetta aikuiseen. Sama ilmiö tapahtuu lasten hieroessa itse toisiaan piirissä. (Tuovinen 2014, 13, 20.)

Lapsuuden aikana lapsi saattaa suhteellisen helposti eristäytyä tai muuttua sosiaalisesti kyvyttömäksi. Tällainen ilmenee usein tottelemattomuutena, murjottamisena tai toisten kiusaamisena. (Parkkinen & Keskinen 2005, 13.) Tällöin on erityisen tärkeää saada lapsi osalliseksi tekemiseen ja tuntemaan itsensä tärkeäksi juuri sellaisena kuin hän on. Satuhieronta kokemuksena kasvattaa lapsen sosiaalisia taitoja, mikäli lapsi on vuorovaikutuksellisesti toiminnassa mukana. Leikin, tässä tapauksessa satuhieronnan avulla lapsi pystyy hahmottamaan sosiaalisen ympäristönsä toimivuutta ja omia mahdollisuuksiaan säädellä sitä. Erityisesti lasten toisilleen tekemässä satuhieronnassa lapsi saa olla osallisena johonkin jännittävään ja hän huomaa minkälaisia vaikutuksia hän saa aikaan hieromisen kohteeseensa. (Tuovinen 2014, 20.)

Lapsi kokee kosketuksen huomioimisena ja huomatuksi tulemisena. Kosketus viestii monenlaisia asioita, tärkeimpänä kokemuksen jakamisen. Satuhieronnalla on vähän sama vaikutus kuin halauksessa tapahtuvalla kosketuksella, jonka tarkoituksena on osoittaa toiselle ystävyyttä sekä välittämistä. Satuhieronnan positiivisena puolena voidaan nähdä sen vaikutus lapsen kykyyn arvostaa itseään sekä kanssaeläjiään. (Tuovinen 2014, 8, 67.)

5.3.1 Sosiaalisten taitojen eli vuorovaikutustaitojen tärkeys

YK:n lasten oikeuksien sopimus määrittelee jokaisen lapsen olevan oikeutettu osallistumiseen ja yhteisöllisyyteen. Pelkkä oikeus sosiaaliseen vuorovaikutukseen ei riitä, vaan lapsi tarvitsee sosiaalisia taitoja sekä valmiuksia toimiakseen vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Nämä sosiaaliset taidot eivät ole lapsella luontaisesti, vaan ne kehittyvät osallisuuden ja kuulluksi tulemisen kautta. (Parkkinen & Keskinen 2005, 10 - 13.) Näissä taidoissa lasta voi kehittää esimerkiksi satujen lukemisen kautta. Tärkeää on kiinnittää huomiota katsekontaktiin, kiireettömyyteen, rauhallisuuteen sekä vastavuoroisuuteen. Yhteys ympäristöön on kaiken oppimisen perusta. Vuorovaikutuksessa todetaan olevan vain noin 10 % kielellistä osuutta. Suurin osa vuorovaikutusta on siis ei-kielellistä; kuten eleitä, ilmeitä ja liikkeitä. (Yliherva 2002, 47 - 57.)

Tärkein kontakti lapsen syntymän jälkeen on suhde vanhempiin tai huoltajaan. Onnistumisen kokemukset, jotka kumpuavat hyvästä vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutussuhteesta, antavat lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen kehittymiselle hyvän lähtökohdan. (Parkkinen & Keskinen 2005, 5.) Onnistunut vuorovaikutus varhaislapsuudessa vaikuttaa hyvin moneen asiaan positiivisesti, joten on tärkeää että sosiaalistumisen oppimisprosessit ovat myönteisiä ja lapsi tuntee olonsa turvalliseksi. Kielteiset oppimiskokemukset puolestaan ovat haitaksi lapsen sosialisatioprosessille sekä minäkäsitykselle. (Parkkinen & Keskinen 2005, 10 - 12.) Tuovinen (2014) kirjoittaa tunteiden osoittamisen, kommunikaation ja herkkyiden reagoida lapsen tarpeisiin olevan myönteisiä ja tärkeitä asioita lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa. (Tuovinen 2014, 41.) Hyvässä ja toimivassa vuorovaikutuksessa aikuinen ohjaa lapsen toimintaa huomioiden tämän iän ja kehitystason (Kanninen & Sigfrids 2012, 96).

Kaikki yhteinen toiminta ja vuorovaikutustilanteet lapsen kanssa tukevat hänen kehitystään. Myönteinen vuorovaikutustilanne lisää lapsen turvallisuuden tunnetta ja rohkaisee lasta ilmaisemaan tunteitaan; niin ilonaiheitaan, kuin myös tarvitsemaansa lohdutusta. Jaetulla vuorovaikutuksella kirjanlukutilanteessa on lapsen kehitykselle tärkeä merkitys. Lapsen kehitykselle on myös tärkeää päivittäisen arjen kokeminen ja ylipäättään yhteiset hetket luotettavan aikuisen kanssa. (Lyytinen & Lyytinen 2003, 115 - 117.)

Esimerkiksi päiväkotit itsessään on sosiaalinen yhteisö, jossa keskiössä ovat lasten ja aikuisten väliset vuorovaikutussuhteet. Yhteenvetona voisi sanoa varhaislapsuuden olevan sosiaalisten vuorovaikutustaitojen oppimista. (Parkkinen & Keskinen 2005, 10 - 13) Sosiaaliset taidot ja sosiaalisuus on kuitenkin syytä erottaa toisistaan. Sosiaalisuudella tarkoitetaan ihmisen kiinnostusta muihin ihmisiin, sekä sitä kuinka paljon ihminen viihtyy toisten seurassa, kun taas sosiaaliset taidot nähdään kykynä toimia sosiaalisissa tilanteissa (Keltikangas-Järvinen 2010, 17.) Erityisen tärkeä ominaisuus sosiaalisten taitojen muodostumisessa on lapsen kommunikointitaito (Parkkinen & Keskinen 2005, 5.).

Aina lapsen ympärillä tapahtuvat sosiaaliset tilanteet eivät suju ongelmitta. Monella erityislapsella saattaa olla sosiaalisia ongelmia vuorovaikutustilanteissa tai kommunikointihäiriöitä. Lapsen kommunikointiin liittyvien vaikeuksien tunnistaminen varhaisessa vaiheessa on tärkeää. Vuorovaikutus muiden kanssa on taito, joka edesauttaa leikkimisen taidon oppimista, ystävyyssuhteiden solmimista sekä itsensä arvioimista. Useimpien lasten kehityksen puutteet saadaan korjattua ennaltaehkäisevällä toiminnalla, mikä tarkoittaa lapsen kanssa samalle aaltopituudelle menemistä ja avoimen sekä luottavaisen ilmapiirin luomista. (Parkkinen & Keskinen 2005, 18 - 19.)

5.3.2 Nähdyn ja kuullun tuleminen

Sillä, miten lapsi kohdataan ja nähdään, on väliä. Aikuisen on tärkeää tavoittaa lapsen ajatusmaailma. Jotta lapsi tuntisi itsensä nähdyksi ja kuulluksi, pitäisi aikuisen vaalia monipuolista yhdessä olemista ja yhdessä tekemistä. Aikuisen on tärkeää muistaa ottaa lapsen ideat ja sanomiset vakavasti, mutta lempeästi vastaan. Kuunteleminen on lapsilähtöisen varhaiskasvatuksen kantava perusta. (Holkeri-Rinkinen 2009, 243.) Myös lasten omien kokemusten hyödyntäminen, myönteisen palautteen antaminen, kyseleminen, havainnollistaminen ja ystävällinen suhtautuminen lapseen ovat tällaisia keinoja (Holkeri-Rinkinen 2009, 212). Aikuisen läsnäololla on aina positiivinen vaikutus lapseen ja tämän nähdyksi tulemisen kokemiseen. (Tiensuu, 2005, 22 - 23).

Vuorovaikutuksellinen tukeminen liittyy nähdyksi ja kuulluksi tulemisen kokemukseen. Kyseinen termi tarkoittaa mm. kuuntelemisen taitoa, tarpeiden huomioimista sekä konkreettisia työmenetelmiä. Jokaisen ihmisen tarpeita ovat kuulluksi ja hyväksytyksi tuleminen. Vuorovaikutuksellista tukemista on kaikki ne hetket, jolloin aikuinen luo antaa lapselle kohtaamisen puitteissa voimavarojen kasvun. Myös lapsen vanhemmille on tärkeää, että he voivat jättää lapsensa esimerkiksi päiväkotiryhmään, jossa heidän lapselleen annetaan yksilöllistä huomiota. Vanhemmat toivovat myös lapsen tuntevan olonsa turvallisiksi. (Ritkala ym 2009, 194.)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 Opinnäytetyön prosessi

Päätettyäni tekeväni opinnäytetyön satuhieronnan käyttämisestä Isosannan päiväkodissa, liityin heti satuhieronnan internetsivuston sähköpostilistalle, jonne he lähettävät extramateriaalia, vinkkejä sekä ideoita kyseisestä uudehkosta työmenetelmästä. Ollessani harjoittelussa saman vuoden syksynä kyseisessä päiväkodissa sain vielä ajankohtaista lisätietoa satuhieronnasta heidän lastenhoitajaltaan tämän käydessä kuuntelemassa aiheeseen liittyvää koulutusta. Osa päiväkodin ryhmistä otti tuolloin käyttöönsä satuhieronnan, mutta ryhmä jolle itse toteutin opinnäytetyöni tuokiot, ei ollut vielä kerinnyt tätä työmenetelmää kokeilemaan. Erityiskasvatus itsessään oli minulle hieman vieraampi aihe ennen aiemmin mainitsemaani viimeistä harjoitteluaani, mutta harjoittelun aikana kiinnostuin yhä enemmän erityislapsista ja heidän käyttäytymisestään. Siksi halusinkin ottaa opinnäytetyössäni huomioon myös erityisyyttä ja satuhieronnan positiivisia vaikutuksia heihin.

Tammikuussa 2016 kävin keskustelemassa ryhmän henkilökunnan kanssa kuinka monta lasta tuokiassa olisi hyvä kerralla ja kuinka monella lapselle ylipäänsä toteuttaisin tuokiot, jotta minä ja lapset saisimme parhaimman hyödyn. Sovimme, että opinnäytetyöhöni kuuluviin tuokioihin osallistuisi sekä tavallisia lapsia että erityisiä piirteitä omaavia lapsia. Päiväkodin henkilökunta neuvoi minua pitämään tuokiot kahdelle lapselle kerrallaan, jolloin toinen lapsista saisi vierestä katsella ja odottaa vuoroaan. Päädyimme kuitenkin siihen, että kaksi lasta olisi suhteellisen pieni otanta, joten pitäisin satuhierontatuokiot kahdelle eri parille. Tällöin satuhierontatuokioihin osallistuisi yhteensä neljä lasta.

Tulimme päiväkodin henkilökunnan kanssa siihen myös siihen tulokseen, että pitäisin yhteensä neljä tuokiota lapsille, helmikuun ensimmäisellä viikolla yhden, toisella kaksi ja kolmannella vielä viimeisen tuokion. Järjestäisin tuokiot aina peräkkäin, jolloin saisin samana päivänä pidettyä kummallekin ryhmälle tuokiot. Tekisin siis saman tuokion kaksi kertaa, ensin toiselle parille ja sitten toiselle parille.

Sanna Tuovisen (2014) kirjoittama ”Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa”-kirja toimi kirjoitustyössä opinnäytetyöni teoriaosuuden vankkana peruspilarina. Kirja määritteli tärkeimmiksi satuhierontaan liittyvistä erilaisista arvoista ihmisten välisen arvostuksen, luottamuksen, ilon, leikin sekä yhteisöllisyyden. Tavoitteenani oli tarkastella mm. näiden kyseisten arvojen toteutumista tuokioiden aikana ja sitä olisiko satuhieronnasta hyötyä yhtenä menetelmänä päiväkotimaailmassa jatkuvassa käytössä. Tuokioiden järjestämisen tarkoituksena oli tarkastella myös uuden menetelmän soveltuvuutta, jolloin ajatuksena oli kiinnittää huomiota erityisesti jo aiemmin mainitsemiini hyvinvoinnin osa-alueisiin, sosiaaliseen, fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin tekemiäni tuokioiden pohjalta.

Ennen jokaista tuokiota suunnittelin tuokion rungon ja rakenteen, valitsin sopivat sadut sekä mahdolliset rekvisiitat. Suunnitteluun kuului myös satujen pohjustuksien keksiminen ja niiden ylöskirjoittaminen. Ennen tuokioita harjoittelin satujen lukemista ja hierontaliikkeitä perheenjäsenilleni. Harjoittelu toi itselleni itsevarmemman olon ja näin sadut olivat jo tuttuja minulle, jolloin kykenin elävöitymään niihin paremmin lasten läsnä ollessa. Toteutettuani tuokiot Isosannan erityispäiväkodissa kirjasin jokaisen tuokion jälkeen tuokioiden kulun ja siitä tekemiäni havainnot lapsista ja omasta suoriutumisestani. Käsittelin havaintojani satuhieronnan vaikutuksista mm. aiemmin kirjoittamani teorian kautta. Jokaisen tuokion jälkeen kyselin myös lasten omia kokemuksia ja tunteita satuhierontakerrasta, ja sisällytin nämä palautteet tuokioiden esittely- ja havainnointiosioon. Kun olin saanut kaikki tuokiot pidettyä, tein myös loppupohdinnan kokonaisuutena tuokioiden suunnittelusta ja niiden pidosta, sekä kirjoittamani teorian toteutumisesta käytännössä.

6.2 Opinnäytetyön eettisyys

Lastentarhanopettajan eettisten periaatteiden taustalla olevia arvoja ovat ihmisarvo, totuudellisuus, oikeudenmukaisuus sekä vapaus. Lastentarhanopettajan tulee pitää jokaista lasta arvokkaana ja kohdella lasta yksilönä tasa-arvoa vaalien ja tätä kunnioittaen. Lastentarhanopettajan tehtävänä on vastata pienen lapsen riippuvuuden, turvallisuuden, suojelun ja huolenpidon tarpeeseen. Lastentarhanopettaja edistää ja ohjaa lasten kasvua, kehitystä ja oppimista kunkin lapsen yksilöllisyyttä kunnioittaen

lämmön, ilon ja leikin ilmapiirissä. (Lastentarhanopettajan ammattietiikka) Näitä edellä mainittuja lastentarhanopettajien ammattietiikkaan liittyviä seikkoja noudatin tuokioita pitäessäni.

Opinnäytetyön lähtökohtana on edellytys rehellisyyteen ja läpinäkyvyyteen. Eettisyys ilmenee opinnäytetyötä tekevän suhtautumisessa asioihin, joita tekijä prosessin aikana kohtaa ja käsittelee. Eettisyyttä käsitellään opinnäytetyössä yleensä omana lukunaan, mutta eettisyyteen sisältyy myös koko opinnäytetyöprosessin aikana tehdyt valinnat ja päätökset. Näitä valintoja ja päätöksiä ovat mm. perustelut aiheen valinnasta, kohteena olevien henkilöiden kunnioittaminen sekä tulosten soveltaminen. Lisäksi opinnäytetyön teon aikana arkietiikan toteuttaminen ilmenee sovittujen pelisääntöjen ja sopimusten noudattamisena. (Kajaanin ammattikorkeakoulun [www-sivut](http://www.sivut).) Olen ollut täysin rehellinen palautteenannossa sekä tekemässäni itsearviointissa. Opinnäytetyössäni olen perustellut miksi olen valinnut kyseisen aiheen ja mitä uskon sen avulla saavutettavan. Kunnioitin myös kohderyhmänä olleita lapsia sekä päiväkodin henkilökuntaa ja olen ottanut heidän mielipiteensä huomioon toiminnassani.

Opinnäytetyöhön kuuluvien satuhierontatuokioiden toteuttamista varten kysyin luvan Porin varhaiskasvatuspäälliköltä. Kirjoitin myös toimeksiantosopimuksen päiväkodin johtajan kanssa. Lasten vanhemmille annettiin kirjoittamani lupalaput satuhierontaan osallistumisesta. Lupalapussa esittelin itseni, aiheeni sekä opinnäytetyöni tarkoituksen. Lapusta kävi ilmi, ettei lapsia pysty tunnistamaan lopullisesta opinnäytetyöstä. Olen siis tehnyt opinnäytetyöni niin, että lapset pysyvät anonyymeinä. Jokaisen satuhierontaan kysytyn lapsen vanhemmat suostuivat toimintaan, mutta yksi lapsista kieltäytyi itse osallistumasta tuokioihin. Tällöin otimme huomioon osallistumisen vapaaehtoisuuden. Kyseisen lapsen tilalle valittiin toinen lapsi.

Tuokioihin valitsimme lopulta yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa neljä lasta, joiden avulla ajattelimme minun saavan eniten hyötyä toiminnasta. On tietysti harmillista, etten voinut ottaa koko ryhmää kerralla tuokioihin, mutta pienemmällä otannalla pystyin huomaamaan paremmin satuhieronnan vaikutuksia yksilöllisesti. Opinnäytetyön tarkoituksena oli esitellä satuhieronta niin, että päiväkodin henkilö-

kunta ottaisi sen käyttöönsä, jolloin muukin ryhmä pääsisi kokeilemaan sitä. Tärkeää opinnäytetyön luotettavuuden kannalta on myös lähteiden merkitseminen sekä niihin viittaaminen. Opinnäytetyön tekijän tulee myös kunnioittaa lähteiden kirjoittajia. Tekijällä on vastuu tekemästään tutkimuksesta, että se on julkisesti nähtävillä ja siitä on tiedotettu (Vilkka 2007, 34 - 35.) Itse otin huomioon lähteiden oikeaoppisen käyttämisen enkä pitänyt toisen sanomaa omanani.

6.3 Tutkimusmenetelmänä toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on toiminnan järjestäminen, ohjeistaminen, opastaminen sekä sen järjeistämisen. Tällainen opinnäytetyö voi tarkoittaa esimerkiksi perehdyttämispöytä tai jonkin tapahtuman järjestämistä. Tärkeintä on, että toiminnallinen opinnäytetyö esittelee käytännön toteutuksen ja raportoinnin. Toiminnallisen opinnäytetyön tulee olla työelämälähtöinen ja taitojen sekä tietojen osoittamisen tuotos. Tällaisella opinnäytetyöllä pitää usein olla toimeksiantaja. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9.)

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää jokin tuote, opastus, ohjeistus ja tapahtuma, joka on tarkoitettu jonkun käytettäväksi. Jos opinnäytetyö on tehty ilman kohderyhmää, on sitä hankala toteuttaa. (Vilkka & Airaksinen 2003, 38, 40.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä pitää olla raportti, josta selviää, miksi, miten ja mitä on tehty, millaisena työprosessi on koettu ja millaisia tuloksia on saatu aikaan. Raportin tarkoituksena on myös kertoa millaisiin johtopäätöksiin opinnäytetyön tekijä on päätenyt. Raportin kautta tekijä arvioi omaa prosessiaan, tuotostaan ja oppimisestaan. Lukija kykenee tällöin tekstin perusteella päättelemään, miten tekijä on opinnäytetyöprosessissaan onnistunut. Opinnäytetyön ideana on esitellä lukijalle tekijän ammatillisuuden ja persoonallisuuden kasvu prosessin aikana. (Vilkka & Airaksinen, 2003, 65.)

6.4 Toteutuspaikkana Isosannan erityispäiväkoti

Isosannan erityispäiväkoti sijaitsee Porin Isosannassa kauppakeskus Puuvillan ja Kirjuriluodon vieressä hyvien kulkuyhteyksien siivittämänä. Lapsilla on käytössään kaksi piha-aluetta, sisäpihalla ulkona leikkivät vanhemmat lapset ja sisäpihalla pienimmät. Päiväkodissa on yhteensä seitsemän ryhmää, Peukaloiset, Tulkut, Kivitasut, Tintit, Peipot, Tilhet ja Sirkut. Näistä kokopäiväryhmiä on kuusi ja yksi osapäiväryhmä. Isosannan erityispäiväkodissa lapsia on tällä hetkellä 98.

Isosannan erityispäiväkodin tavoitteena on turvata jokaisen lapsen oikeus leikkiin, hyvinvointiin ja huolenpitoon. Myös osallistumista ja oppimista pidetään tärkeänä lapsen kehitykselle. Kyseisen päiväkodin mielestä vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö on avainasemassa lapsen etuutta ajatellessa. Isosannan erityispäiväkoti takaa lapselle myös turvallisen päiväkotiympäristön, lapsilähtöisen ajattelutavan ja iloisen yhdessä tekemisen. Varhaiskasvatuksen perusideana he näkevät leikin yhdistämisen tiedon ja taidon oppimiseen sekä sen, että lapsen ikä ja taidot huomioidaan kaikessa toiminnassa.

Isosannan päiväkotia erityispäiväkotina haluaa korostaa turvallista, avointa ja lasta rohkaisevaa ympäristöä, jossa erilaisuus hyväksytään. Erityinen tuki voidaan sisällyttää tavalliseen ryhmään tai lapsi voi viettää hoitopäivänsä integroidussa erityisryhmässä. Kuntouttavan varhaiskasvatuksen tarkoituksena on huomioida lapsi yksilöllisesti hänen tarpeidensa mukaan. Integroiduissa erityisryhmissä työskentelee lastentarhanopettajien sekä lastenhoitajien lisäksi varhaiskasvatuksen erityisopettajia. Ryhmissä kommunikoinnin ja vuorovaikuttamisen tukena käytetään tukiviittomia, PCS- kuvia sekä muuta kielen kehitykseen liittyvää materiaalia. Päiväkodin toiminnan lähtölähtökohtana on myös jokaiselle lapselle laadittu henkilökohtainen hoito- ja kuntoutussuunnitelma. Lisäksi lapselle voidaan toteuttaa esiopetuksen tehostettu- tai erityisen tuen suunnitelma. Kyseisten suunnitelmien teossa ovat mukana lapsen vanhemmat sekä muut lasta kuntouttavat tahot. (Isosannan erityispäiväkodin [www-sivut](#).)

7 SATUHIERONTATUOKIOT

7.1 Tuokioiden toteutus ja havainnointi

Tuokiossa pitää olla selkeä aloitus, joka on hyvä toistaa ennen jokaisen tuokion alkua. Aloitus voi olla esimerkiksi piiriin kokoontuminen. Alussa on syytä varmistaa, että jokainen lapsi tulee huomioiduksi. Tuokiot on puolestaan hyvä lopettaa rauhoittuen ja rentoutuen. Tuokion lopuksi lapset voi ottaa mukaan välineiden keräämiseen ja siivoamiseen. Tuokio on usein kestoltaan n.10–45 minuuttia, mutta aikataulun kanssa kannattaa olla myös joustava, jotta lapset voivat mahdollisesti vaikuttaa toimintaan. Suunnitelman ollessa liian tiukka, ei ohjaaja kykene hyödyntämään lasten omia ideoita. Jos ohjaaja ei ole tehnyt suunnitelmaa eikä ole valmistautunut, välittyy hänen epävarma otteensa toimintaan myös lapsille. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 101.)

Oman opinnäytetyöni tuokioissa lapsia oli kerrallaan 2, jotta tuokio saatiin toimivaksi eikä kukaan joutunut odottelemaan liian kauaa. Toteutin tuokiot kuitenkin kahdelle eri lapsiparille, joten otannassa oli neljä lasta. Yhden tuokion pituus oli jokaisella pitämälläni kerralla noin 20 minuuttia, joten kahden tuokion pitämiseen kului yhteensä noin 40 minuuttia. Tekemiini tuokioihin sisältyi alkutervehdys, tarinaan viritäytyminen, itse satuhieronta ja lopuksi keskustelimme lasten kanssa tuokion kulusta ja heidän ajatuksistaan. Tuokiot pyrin myös järjestämään niin, ettei päiväkodin normaaliin aikatauluun tullut muutoksia. Täten järjestin ne päiväkodin aamuhetken aikana. Tuokiot toteutin Sanna Tuovisen Satuhieronta: Läsnaölevan kosketuksen ja sadun taikaa- kirjan valmiiden satujen ja ohjeistuksien mukaan.

Tuokioiden tavoitteena oli tutustuttaa lapset uuteen työmenetelmään, satuhierontaan. Opinnäytetyön tavoite oli tuokioiden toimivuuden havainnointi. Havainnointi koostui lasten kokemusten ja mielipiteiden kysymisestä sekä oman ja lasten toiminnan tarkkailusta. Tuokioiden lopuksi kyselin lapsilta mm. sitä, mikä oli heidän mielestään tällä kertaa kivoin satu ja mikä oli mukavimmalta tuntuva liike. Palautetta kysyin lapsilta vuorotellen niin, että kummallakin lapsella oli oma vuoro puhua ajatuksistaan ja tuntemuksistaan. Tuokioiden esittelyssä ja havainnoinnissa käytin usein sanaa

”ryhmä”, joka kattoi tässä tapauksessa ensimmäisen ryhmän eli lapsen A ja B, sekä toisen ryhmän lapset C ja D. Ryhmien välisiä eroja ei ollut kuitenkaan opinnäytetyössäni tarkoitukseni vertailla. Kummankin ryhmän lapsista toinen oli esikoululainen ja toinen pikkuesikoululainen. Kaksi lapsista oli ns. tavallisia lapsia ja kaksi erityisiä.

7.1.1 Ensimmäinen tuokio

Ensimmäisen satuhierontatuokion toteutin torstaina 4.2.2016. Tuokio toteutin kahdelle lapselle kerrallaan ja hieronnat tein vuorotellen kummallekin, toistaen saman sadun siis kahteen kertaan. Tällöin lapsille tuli toistoa ja he ymmärsivät paremmin sadun sanoman sekä ennen kaikkea tutustuivat satuhieronnan ideaan, mikä olikin ensimmäisen tuokion tavoitteena. Tuokion toteutin erillään muusta ryhmästä, jotta lapset pystyisivät keskittymään paremmin toimintaan. Aluksi kerroin lapsille kuka olen ja miksi olin tänään siellä heidän kanssaan. Esittelin heille myös mitä satuhieronta on ja mitä siinä tulee tapahtumaan ja näytin esimerkkiä tehden ilmaan kuvioita. Olin kirjoittanut itselleni ylös pohjustukset, jotka liittyivät satujen ympäristöön. Niiden tarkoituksena oli saada lasten mielenkiinto heräämään aihealueeseen. Kumpikin ryhmä käyttäytyi heti tuokion alussa rauhallisesti ja he selkeästi odottivat mitä tuleman pitää. Valitsimme kummankin ryhmän kanssa kumpi lapsista tulee ensimmäisenä hierottavaksi ja näytin toiselle lapselle paikan, jossa hän voi seurata Satuhieronnan kulua. Hierottavana ollut lapsi istui kanssasi lattialla viltin päällä ja seuraajana ollut lapsi tuolilla.

Leppäkerttu pikkuinen, s.36

Ensimmäisenä satuhierontasatuna toimi tarina nimeltä ”Leppäkerttu pikkuinen” (Tuovinen 2014, 36). Kyseiseen satuun virittelin tunnelman kyselemällä lapsilta millainen leppäkerttu on ulkonäöltään. Lapset hymyilivät ja aristelivat selkeästi vastauksista, mutta pienten avustelujen jälkeen he osasivat kertoa yksittäisillä sanoilla mitä tiesivät kyseisestä hyönteisestä. ”Leppäkerttu pikkuinen”-sadun valitsin siksi, koska sen avulla lapsi voi rentoutua ja siinä kerrotaan maailman olevan hyvä ja turvallinen

paikka elää. Satu itsessään oli suhteellisen lyhyt, jolloin lapsi pystyi keskittymään kuulemaansa ja tunnustelemaan miltä kosketus tuntui. Huomasin jokaisen lapsen hymyilevän ja vetävän olkapäitä korvia kohden ja kysyessäni kutittaako, oli vastaus nauraen kyllä. Ensimmäisessä ryhmässä kumpikin lapsista katseli sadun aikana tekemisiäni, mutta toisessa ryhmässä toinen odottajista vilkuili vähän väliä seiniä ja kattoa. Yksi lapsista kysyi kyseisen sadun jälkeen miten äskeisessä satuhieronnassa esiintynyt viulun soittaminen tehdään käsillä.

Vuodenajat, s.84

Toisena satuna lapset saivat kuulla tarinan vuodenajoista. Vuodenajat”- sadussa (Tuovinen 2014, 84.) lapselle on tarkoituksena opettaa symbolisia käsitteitä ja kertoa leikin riemusta. Sitä ennen keskustelin lasten kanssa mitkä ovatkaan suomen neljä vuodenaikaa ja mitä ominaispiirteitä niillä jokaisella on. Lähes kaikki lapsista osasivat sanoa, mikä vuodenaika sillä hetkellä oli. Yksi lapsista rohkaistui jo kertomaan tekemästään lumiukosta, kun kerroin sadusta sellaisen mahdollisesti löytyvän. Tämän jälkeen ensimmäisenä tuokion aloittanut lapsi pääsi taas hierottavaksi. Toisessa ryhmässä ”Vuodenajat”- sadun hauskin kohta oli selvästi puhallusten tekeminen niskaan, sillä se sai nämä kaksi lasta nauramaan yhdessä. Koin ”Vuodenajat”- sadun liikkeiden ohjeistuksen olevan selkeät ja helposti luettavat.

Uusi maa, s.144

Kolmas satu ”Uusi maa” (Tuovinen 2014, 144) käsitteli tutkimusmatkailijoiden löytämää uutta mannerta. Satu kertoi elämän muuttumisesta positiivisessa mielessä, eli vaikka elämä kuinka muuttuisi, aina uudessakin on mukana jotain tuttua. ”Uusi maa”-sadussa kohdistettiin liikkeitä myös lapsen päähän, hartioihin, selkään, käsiin sekä jalkoihin, jolloin tuli läpikäytyä eri kehonosia. Eri kehonosien kosketuksen tarkoituksena satuhieronnassa oli auttaa lasta hahmottamaan kehonkuvaansa. Huomasin, että minun oli kuitenkin melko vaikeaa ylettyä kyseisiin ruumiinosiin lapsen istuessa lattialla. Yleisessä ilmapiirissä huomasin selkeää rauhoittumista ja rentoutumista verrattuna ensimmäiseen satuun.

Olen ihme, s.44

Kolmannen sadun alkaessa lapset osasivat jo itse vaihtaa keskenään paikat. Myös lapsi, jonka katse vaelteli aluksi ympäriinsä, kiinnitti jo enemmän huomiota käsieni liikkeisiin ja satuhieronnan seuraamiseen. Neljännen sadun ”Olen ihme” (Tuovinen 2014, 44.) valitsin sen tärkeän viestin vuoksi. Sadussa käsiteltiin lapsen ainutlaatuisuutta ja lapsena olona sekä hänen oikeuttaan ilmaista tunteita. Lisäksi tässäkin sadussa koskettiin myös jalkoihin sekä käsiin. Toisessa ryhmässä yksi lapsista esitti toiveen, voisinko lukea hänelle eri sadun kuin äsken hänen parilleen. Kerroin lukevani vielä ainakin tällä kerralla kummallekin saman sadun, jolloin kumpikin saisi tasavertaisesti kuulla sadut kahteen kertaan.

Mittarimato, s.98

Viimeiseksi eli viidenneksi satuhieronnaksi olin suunnitellut ”Mittarimato”-lorun (Tuovinen 2014, 98). ”Mittarimato” oli lapsista selvästi hauska sen kiemurtelevien liikkeiden vuoksi. ”Mittarimato” oli mielestäni tuokiolle hyvä lopetus rauhallisuutensa ja yksinkertaisuutensa vuoksi.

Ensimmäisen tuokion jälkeen kyselin lapsilta miltä satuhieronta heistä tuntui ja milaista se heidän mielestään oli. Vastauksiksi sain erilaisia adjektiiveja kuten sen, että satuhieronta tuntui kivalta, kutittavalta tai hauskalta. Mikään liike ei kysymäni mukaan tuntunut ikävältä. Yksi lapsista kertoi heti ”Leppäkerttu”-sadun olleen hänen suosikkinsa. Olin tyytyväinen valitsemiini satuihin, sillä koin niiden johdattelevan lapset hyvin satuhieronnan maailmaan. Satujen lukeminen ja liikkeiden ohjeiden samanaikainen katsominen oli aikaisemmasta kotona harjoittelustani huolimatta välillä haastavaa. Olisin voinut alleviivata etukäteen esimerkiksi tärkeitä sanoja tai liikkeitä. Toisaalta uskon, ettei lapsia haitannut pieni viivästys joidenkin sanojen kohdalla, pääasia että liikettä tapahtui. Kokonaisuuteen olin kuitenkin tyytyväinen, vaikka samalla huomasi monia asioita, joita olisi voinut tehdä hieman eri tavalla. Monet korjauksista olisivat kuitenkin toteutettavissa ensi tuokiossa.

7.1.2 Toinen tuokio

Toisen tuokion toteuttamisajankohta oli 9. helmikuuta. Kyseiseen tuokioon osallistuivat samat lapset kuin viime kerralla ja myös parit olivat samat kuin viimeksi. Tällä kertaa satuhierontatuokio pidettiin eri tilassa kuin ensimmäisellä kerralla, mutta ympäristö oli kuitenkin yhtä rauhallinen. Olin etukäteen suunnitellut satuhieronnan toteutettavan tällä kertaa lasten ja minun istuessa tuoleilla. Lasten ottaessa tuoleilta hyvää asentoa kerroin heille muistutuksena kuka olen ja kertasimme yhdessä millaista satuhieronta viimeksi oikein olikaan. Alkukeskustelujen jälkeen sovimme, että tällä kertaa ensimmäisenä hierottavaksi pääsi viime kerralla ensin sivusta seurannut lapsi. Jokaisen sadun jälkeen välissä oleva vuorottelu tukisi tällöin lasten kokemusta huomioiduksi tulemisesta. Toisessa tuokiossa tarkoitukseni oli lukea molemmille ryhmässä olevalle lapselle eri satu, sillä halusin ottaa huomioon viimeksi kuulleen kommentin lapselta satujen vaihtelevuudesta.

Taikapuu, s.28

Aloitin varsinaisen tuokion pohjustamalla ensimmäistä tarinaa nimeltä ”Taikapuu” (Tuovinen 2014, 28) kertomalla, että tänään matkaisimme ensimmäisenä oravan mukana taikametsään. Taikapuu- hieronnassa on jokaiselle lapselle tärkeitä symbolisia viestejä, jotka vaikuttavat positiivisesti lapsen kasvuun ja kehitykseen. Taikapuu- hieronta on omiaan erityisen herkille sekä aroille lapsille. Siitä voi olla apua myös tilanteisiin, joissa lapsi tuntee perusturvallisuutensa olevan heikko. (Tuovinen 2014, 28.) Vaikka kyseessä oli suhteellisen pitkä satu, huomasin lasten pystyvän keskittymään siihen hyvin.

Pieni mehiläinen, s.48

Toisen tuokion seuraavana tarinana lapsen kuulivat tarinan mehiläisen seikkailuista. ”Pieni mehiläinen”-satuhieronta (Tuovinen 2014, 48) kertoi levon merkityksestä arjen keskellä. Lapset vaihtoivat hienosti ennen hierontaa taas paikkoja tuoleilla. Se lapsi, joka oli aina sillä hetkellä hierottavana, sai päättää mehiläiselle nimen. Mehi-

läinen sai lapsilta nimekseen mm. Veetin ja Maijan. Huomasin nimen keksimisen olevan lasten mielestä jännittävää, sillä lähes jokainen heistä mietti tarkkaan minkä nimen mehiläinen saisi. Yksi lapsista osasi heti kuvailla miltä mehiläinen näyttää ja muille näytin itse kuvan mehiläisestä käyttämästäni Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa- kirjasta. Huomasin, että silloin kun sanoin sadun aikana lapsen itse keksimän mehiläisen nimen, vuoroaan odottava lapsi hymyili ja kuunteli satua tarkemmin. Tämä luultavasti kertoi, että lapset tunsivat sadun ns. omakseen.

Metsäretki, s.56

Ennen tuokion kolmannen sadun alkua yksi lapsista kysyi tulisiko tälläkin kertaa se kiva satu, jossa leppäkerttu soitti viulua. Lapsi näytti samalla myös oman versionsa viulunsoiton liikkeestä. Lapselle oli siis jäänyt mieleen viimekertainen ”Leppäkerttu pikkuinen”-satu viuluineen päivineen. Sanoin ottavani kyseisen sadun uudelleen hänen mielikseen vielä johonkin tuokioon. Tämän jälkeen luin lapsille sadun ”Metsäretki” (Tuovinen 2014, 56), jossa kuvattiin paljon luontoa ja sen kauneutta sekä rentouttavaa vaikutusta. Tarkoituksena oli myös huomioida tässä sadussa taas selän lisäksi myös käsivarsia ja päätä. Ajattelin aluksi, että päähän koskeminen voisi yllättää, mutta se näytti vain tuntuvan lapsista hauskalta.

Prinsessa/prinssi, s.74

Neljäntenä vuorossa oli ”Prinsessa/Prinssi”- satuhieronta (Tuovinen 2014, 74) sen mukaan oliko juuri silloin vuorossa hierottavana tyttö vai poika. Kyseinen satu kertoi hyvien ajatusten parantavista vaikutuksista. Lapset ilmeistä ja eleistä huomasi, että he tykkäsivät kohdasta, jossa käsillä haukattiin palasia selästä eli sadussa omenasta. Otin satuun mukaan myös yhden lisäyksen, jolloin vuoroaan odottelevakin pääsi mukaan satuun. Odottavan lapsen tehtävänä oli merkin saatuaan koputtaa pöytään samalla, kun minä koputin hellästi lapsen selkään. Kerroin näyttäväni lapselle merkin, milloin hän saisi tehdä koputuksen. Havaitsin lasten pitävän osallisuuden tunteesta ja näytti siltä, että heistä oli mielenkiintoista seurata milloin sadussa monesti toistunut koputuskohda tulikaan.

Mittarimato, s.98

Toisen tuokion viimeiseksi saduksi olin ottanut saman lopetukseen viittaavan lorun kuin viimeksi, ”Mittarimadon” (Tuovinen 2014, 98). Näin lapset tunnistaisivat ehkä jotain viime kerralta tuttua ja arvaisivat tämänkertaisen tuokion olevan lopuillaan. Yksi toisen ryhmän lapsi kysyi ”Mittarimadon” jälkeen, eivätkö he voisi vielä saada kuulla yhden sadun.

Kelloa katsoessa huomasin meillä olevan vielä hieman aikaa, joten päätin tehdä poikkeuksen ja valita vielä sattumanvaraisesti jonkin Satuhieronta-kirjan saduista. Satu oli nimeltään ”Etanan matka” (Tuovinen 2014, 132). Mitä enemmän satua luin, sitä vaihtelevammaksi ja mielenkiintoisemmaksi se muuttui. Vaikka valitsin sadun vain summamutikassa, oli sen lukeminen ja liikkeiden tekeminen helppoa. Satuhieronta ei siis tosiaankaan ole haastavaa, kunhan siihen ensiksi vain tottuu.

Tuokion lopuksi kyselin tuttuun tapaan lapsilta heidän tuntemuksiaan ja ajatuksiaan tämänkertaisista saduista ja hieronnoista. Lapset kertoivat kosketuksen tuntuvan kivaltalta ja mukavalta. Kosketus saattoi heidän mielestään joskus kutittaa, mutta ei kuitenkaan tuntunut ikävältä. Kysyin myös onko lapsilla turvallinen olo kanssasi vai jännittääkö jokin satuhieronnan tekemisessä. Kaikki lapset vastasivat, etteivät satuhierontatuokiot jännitä ollenkaan. Lempisaduikseen yksi lapsista vastasi tällä kertaa mehiläis- ja prinsessasadut. Ylimääräisen sadun saanut ryhmä myös muisti viimeisenä olleen ”Etanan matkan”, josta heille oli yllätyksekseni jäänyt mieleen mm. Eiffeltorni ja Ranska, vaikka kyseiset sanat olivatkin haastavia. Toisen tuokion aikana olin selvästi kehittynyt satujen lukijana ja tiesin paremmin mitä olin tekemässä. Liikesarjoja oli tällä kertaa helpompi jo päätellä lukemastaan tekstistä. Huomasin myös lasten tajunneen satuhieronnan idean ja he osasivatkin hienosti esimerkiksi vaihdella paikkoja vuorotellen. Tein myös havainnon viimeksi hiljaisen ja aremman lapsen rohkaistumisesta vastaamaan paremmin kysymyksiini.

7.1.3 Kolmas tuokio

Kolmannen tuokion olin sopinut toisen tuokion kanssa samalle viikolle 11.2 klo 8.30 alkaen. Tuokioon osallistuivat taas samat parit kuin aikaisemmilla kerroilla. Tämänkertaisen tuokion tavoitteena oli opettaa lapsia rentoutumaan, mikä olisi päiväkodissa otollista esimerkiksi juuri päiväunille mennessä. Tuokio toteutettiin siksi tällä kertaa makuuasennossa patjan päällä mahallaan. Näin lapsen kädet ja jalatkin olivat paremmin näkyvillä ja täten pystyin ottamaan ne sujuvammin mukaan satuhierontaan. Olin myös etsinyt etukäteen satuihin liittyvää musiikkia soimaan taustalle, jotta saisimme kaivattua tunnelmaa. Kerroin lapsille valinneeni tänään teeman, joka olisi meri ja metsä sekä metsän asukkaat. Lapset tiesivät heti, kumpi tällä kertaa heistä oli ensimmäisenä vuorossa ja ohjeistin kyseisen lapsen mahalleen patjalle, toisen lapsen odottaessa vuoroaan sivussa toisella patjalla. Lapset olivat kiinnostuneita kertoessani, että tänään laittaisin taustalle musiikkia soimaan. Kumpikin ryhmä oli innostunut kuullessaan ensimmäisen sadun liittyessä merirosvoihin. Samalla laitoin veden lipatuksen ja aaltojen paukkeen taustalle soimaan.

Merirosvolaiva, s.108

Johdattelin ”Merirosvolaiva”- satua (Tuovinen 2014, 108) kertomalla lapsille mitä sadussa tulisi tapahtumaan. Arvuutelimme ennen satua lasten kanssa minkälaisen aarteen rosvot voisivat löytää sadussa. Kyseisen sadun ideana nimittäin oli, että itse aarre olisi lapsi, jota lopuksi halataan. Kehotin lapsia myös halutessaan sulkemaan silmänsä tänään satuhierontojen ajaksi. ”Merirosvolaiva” satu tehtiin vain selän alueelle. Huomasin, että lapset olivat makuulla ollessaan liikkumatta ja jokainen näytti löytävän patjalta mukavan asennon. Osa lapsista laittoi silmät kiinni. Tässä vaiheessa tuokiota tajusin lasten luottavan jo minuun ja siihen, että satuhieronnan avulla voi rentoutua turvallisessa ympäristössä.

Merihevonen ja meritähti, s.110

Seuraavana vuorossa oli samaa teemaa noudatteleva ”Merihevonen ja meritähti”-satu (Tuovinen 2014, 110), jossa musiikkina toimi sama meren kohina kuin äsken. Esittelin kyseisen sadun lapsille kertomalla ystävyysmerityksestä ja lopuksi kysyin lapsilta ketkä ovat heidän ystäviään. Kolme lapsista osasi heti nimetä heille tärkeän ystävän ja neljäs vastasi kaikkien hänen päiväkotiryhmänsä lapsien olevan hänen ystäviään. Tässä satuhieronnessa liikkeitä tehtiin myös käsiin, jalkoihin, päälle ja niskaan. Yksi ensimmäisen ryhmän lapsista kommentoi nauraen, että nyt liike tuntui myös jaloissa. Tällöin tajusin, etten tajunnut sanoa lapsille, että liike voi tuntua myös tässä sadussa muuallakin kuin selässä.

Satulintu, s.69

Tuokion kolmannen sadun kohdalla olin suunnitellut vaihtavani teemaa ja valinnut loput sadut liittyen metsään ja sen asukkeihin. Vaihdoin kappaletta äänitteeseen, jossa kuului erilaista lintujen laulua ja viserrystä. Lapset kuuntelivat ennen hieronnan alkua tarkkaavaisesti välillä vahvistuvia ja välillä hiljentyviä lintujen ääniä.

Huomasin uuden teeman saavan lapset taas odottavaisiksi tulevaa osiota kohtaan. Seuraava satu nimeltä ”Satulintu” (Tuovinen 2014, 69) kertoi lapsille jokaisen ainutlaatuisuudesta. Siinä lasten kädet pääsivät hieronnan kohteiksi sadun aikana monta kertaa, sillä linnun siivet tehtiin tekemällä vetoja selästä käsiin. Mielestäni kyseinen satu oli kolmannen tuokion vaikeasti ymmärrettävin lasten kannalta, mutta he jaksivat silti olla hiljaa ja rauhallisina.

Pikkuinen siili, s.134

Seuraavaksi siirryimme tuokion neljänteen satuhierontaan nimeltä ”Pikkuinen siili” (Tuovinen 2014, 134), jossa musiikkina toimi sama lintujen viserrys. Tässä sadussa lapsi sai taas itse päättää siilille nimen, jota käyttäisin koko sadun ajan. Kyseisessä satuhieronnessa oli yhdessä kohdassa puhallettava niskaan, joka sai taas lapset nauramaan. Puhallus tapahtui sadussa monta kertaa ja joka kerta se oli lapsista yhtä

hauskaa. Tässäkin sadussa osoitettiin lapsen olevan tärkeä, joten lopussa halattiin lasta. Huomasin lasten nauttivan erityisesti saamastaan yksilöllisestä huomiosta ja arvokkuuden tunteesta.

Sii- sii- siili, s.94

Viimeinen satu oli tällä kertaa eri kuin kahdessa aiemmassa tuokiossa. Olin valinnut lopetukseksi teemaan sopivan lyhyen ja ytimekkään ”Sii- sii- siili”-lorun (Tuovinen 2014, 94). Luin lorun hieman laulumaisesti, jolloin lorun sanoma pääsi esiin parhaiten. Lorussa oli erilaista se, että minun tehtävänäni oli piirtää lapsen selkään mitä siili näkee kallion laella. Lapsi sai tällöin itse arvata mitä siili näki siellä piirtämäni kuvan perusteella. Valitsin siilin näkemiksi asioiksi suhteellisen yksinkertaisia asioita kuten kukan, sydämen ja auton. Lasten oli kuitenkin melko vaikeaa arvata mitä heidän selkiinsä piirsin useista toistoista huolimatta. Havaitsin kuitenkin sen, että lapsista oli hauskaa arvailla ja heitellä ilmaan sanoja, joita siili olisi mahdollisesti voinut kalliolta nähdä. Olisin voinut valita piirrettävät asiat toisaalta myös sen mukaan mikä olisi oikeasti mahdollista nähdä kalliolla.

Kolmas tuokio onnistui mielestäni toista tuokiota paremmin. Makuuasento sai lapset levollisiksi ja uskon myös musiikin vaikuttaneen tunnelman luomiseen. Kaikista parhaiten rentoutus olisi saatu, jos valot olisivat vielä olleet himmennettävissä. Kolmannen tuokion aikana huomasin lasten luottavan täysin tekemiseeni eivätkä he enää arastelleet. Pari lapsista jopa kysyi milloin taas tulen uudelleen ja yksi heistä teki toivomuksen voisinko ensi kerralla taas tehdä sen viulukohdan tarkoittaen ensimmäisen tuokion Pikkuinen leppäkerttu- satua. Yksi lapsista kertoi Siili-satujen olleen hänelle kaikista mieluisimpia ja erityisesti sen sadun, jossa sai arvailla sormilla piirtämästäni kuvasta mitä siili voisi kalliolla nähdä. Kysyin myös lapsilta oliko makuuasento heistä kivempi kuin istuminen saaden myönteisiä vastauksia. Tähän toinen lapsista jatkoi kertomalla, että hänen laittaessaan silmät kiinni, meinasi hän nukahtaa. Tämä vahvisti satuhieronnan rentouttavaa ja unen tuovaa vaikutusta. Joku lapsista mainitsi myös musiikin loppukeskusteluissamme ja sanoi niiden kuulostaneen oikeasti ihan metsän ääniltä. Lopuksi vielä utelin lapsilta oliko satuja liikaa yhdellä kerralla, mutta heidän mielestään niitä olisi saanut olla enemmän tai niitä oli tarpeeksi.

7.1.4 Neljäs tuokio

Neljännän eli viimeisen tuokion kävin pitämässä torstaina 18.2 tuttuun aamupiiriin aikaan. Viimeksi olin etukäteen sanonut päiväkodin henkilökunnalle ottavani kaikki neljä tuokiohetkelle samaan aikaan. Tällöin lapsetkin pääsisivät osallistumaan satuhieronnan toteuttamiseen. Tuokion pitopaikkana toimi taas ensimmäiseltä kerralta tuttu huone. Tuokion aluksi kerroin lapsille heidän pääsevän tänään mukaan hieromiseen, joten pyysin heitä muodostamaan lattialle piirin. Menin itse myös piirin jäseneksi, jolloin lapset pystyivät ottamaan mallia tekemistäni liikkeistä. Ennen varsinaisen tuokion aloittamista kerroin lapsille satuhieronnan säännöt eli sen, että ketään ei saa satuttaa ja liikkeet tehdään varovaisesti. Sanoin lapsille myös sen, että heidän pitää heti sanoa, jos jokin liike tuntuu epämukavalta. Olin valinnut neljännelle eli viimeiselle tuokiolle lapsille jo ennestään satuhieronnoista tuttuja satuja, jolloin itse sadun kuuntelemiseen ei menisi niin paljon energiaa vaan lapsi voisi keskittyä paremmin toiselle tekemäänsä liikkeeseen.

Leppäkerttu pikkuinen, s.36

Ensimmäisenä satuhierontana teimme lasten kanssa heille mieluisan ”Leppäkerttu pikkuinen”- lorun (Tuovinen 2014, 36). Heti saavuttuani päiväkodille yksi lapsista kysyi minulta teenkö tänään sen hänen toivomansa viulunsoitto-kohdan ja sain heti vastata lapselle myöntävästi. Halusin ottaa kyseisen lorun siksi, että tarkoitukseni oli osoittaa lapselle, että olin kuunnellut häntä ja hänen toivomuksiaan. Kävimme lasten kanssa ennen kyseistä satua läpi miten sitä viulua sadussa oikein soitettiin. Huomasin lasten muistavan yllättävän hyvin miten viulunsoitto-liike tehtiin selkää vasten. Ensimmäisen sadun perusteella tein havainnoin, että lapset pysyivät suhteellisen hyvin perässäni tehdessäni liikettä tarpeeksi monta kertaa. Ennen jokaista liikettä myös kerroin sanojen avulla lapsille esimerkin tekemästämme liikkeestä. Esim. ”Nyt teemme kävelevää liikettä sormilla ympäri selkää”.

Mittarimato, s.98

Toinen satuhieronta oli aikaisemmista tuokioista tutuksi tullut ”Mittarimato”-satu (Tuovinen 2014, 98) kiemurteluineen ja kaarteluineen. Kävimme myös läpi satuun liittyvän sukellusliikkeen, jonka teimme tällä kertaa ilmaan kädet yhdessä ikään kuin sukeltaen eteenpäin. Lapset pysyivät tässäkin sadussa ja liikesarjoissa hyvin mukana. Yksi lapsista jäi välillä haaveilemaan paikoilleen, mutta muut lapset huomasivat sen ja sanoivat siitä heti minulle. Tällöin muistutin lasta, että hänkin voi kokeilla liikkeitä kaverin selkää vasten. Tämän jälkeen lapsi alkoi heti tehdä liikehdintää ottaen meistä muista mallia. Lapset siis tarkkailivat selvästi miten muut lapset tekevät liikkeitä.

Olen ihme, s.44

Kolmas satumme oli ensimmäiseltä tuokiolta tuttu ”Olen ihme” (Tuovinen 2014, 44), joka kertoi jokaisen lapsen ja aikuisen arvokkuudesta ja tärkeydestä. Kyseisessä sadussa pidettiin kättä paljon toisen olkapäällä, ja koko liike rauhallisuudellaan toi ympärille luottavaisen suhteen toiseen. Satu oli yksinkertainen ja lapset suoriutuvat sen tekemisestä hyvin.

Pieni mehiläinen, s.48

Tässä vaiheessa tuokiota olin valinnut saduksi mehiläisestä kertovan sadun, joka olikin jäänyt lapsille toisesta tuokiosta hyvin mieleen. Tässä ”Pieni mehiläinen”-sadussa (Tuovinen 2014, 48.) lapset saivat keksiä mehiläiselle taas nimen, mutta ehdotuksia tuli niin paljon, että lopulta se ristittiin mehiläiseksi, jolla oli sata nimeä. Kyseisen nimen sai lapset aina nauramaan sen toistuessa sadussa. Sadun aikana tapahtuva ylös alas - liikesarja innosti lapsia tekemään liikettä välillä nopeammin ja välillä hitaammin.

Iso ja pieni asfalttikone, s.55

Viimeisenä satuna minun oli tarkoitus lukea aiemmista satuhierontatuokioista tuttu Satu ja tarina-loru (Tuovinen 2014, 80). Kuitenkin yllättäen yksi lapsista kysyi silmät säkenöiden voisinko lukea jonkun toisen sadun, jota hän ei olisi vielä ollut kuullut ollenkaan. Tällöin tajusin lasten oikeasti keskittyneen todella tarkasti satuun eikä vain pelkkään selässä mukavalta tuntuvaan kosketukseen ja sen vaihteluihin. Valitsin siis lopulta summamutikassa minulle vieraan ”Iso ja pieni asfalttikone”-sadun (Tuovinen 2014, 55). Sadun lukeminen ja käsiliikkeiden samanaikainen tekeminen oli yllätykseni kuitenkin tullut jo niin rutiininomaiseksi, että sadun lukeminen ei tuottanut ollenkaan vaikeuksia.

Tuokion lopuksi kysyin lapsilta mitä mieltä he olivat satuhierontojen tekemisestä muille lapsille. Yksi vastauksista oli ” Oli kiva päästä hieromaan kaveria”. Satuhieronnan tekeminen oli toisen lapsen mielestä todella helppoa. Kysyessäni viimeisen tuokion kivointa liikettä, kertoi taas viulunsoitto-kohdasta kiinnostunut lapsi tykänneensä sadusta, jossa kyseinen kohta esiintyi. Lasten mielestä olisi myös kivaa jos satuhierontoja tehtäisiin heidän päiväkotiryhmässään usein. Viimeinen tuokio meni oikeastaan paremmin kuin olin kuvitellut. Lapset olivat oppineet satuhieronnan idean hienosti ja heillä oli hallussaan ns. mallintamisen taito. Lapset eivät riehaantuneet ja pysyivät rauhallisina koko hierontatuokion ajan. Kukaan ei myöskään vierastanut toisen kosketusta. Uskon lasten kokeneen toistensa hieromisen erittäin osallistavaksi ja heistä oli varmasti mieluisaa kokeilla itsekin satuhieronnan toteuttamista.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

8.1 Tuokioiden yhteenveto ja onnistuminen

Opinnäytetyöni tuokioiden onnistumisen pohtiminen on ollut pitkäjänteinen prosessi, jota olen työstänyt jokaisen tuokion jälkeen. Kokonaisuudessaan koen toiminnallisen osuuden onnistuneen haluamallani tavalla. Toki välillä tuokion pitämisen tai tuokion raportoinnin aikana huomasin joitain pieniä asioita, jotka olisin voinut tehdä/suunnitella eri tavalla. Kuitenkin koen, että lapselle suunnatun tuokion ei tarvitse olla täydellinen ollakseen onnistunut ja mieluista.

Jokaisen tuokioon sain sisällytettyä satuja, joiden tarkoituksena oli tukea aiemmin kirjoittamaani teoriaa. Hyödynsin mm. satuja, joissa käytettiin selän lisäksi hieronta-kohteena myös jalkoja, käsiä ja päätä kehonkuvan vahvistumiseksi. Tuokioissa esiintyi myös esimerkiksi eri toteuttamistapojen variaatioita, välillä istuttiin lattialla, tuolilla, makoiltiin patjalla tai päästiin itse hieromaan kaveria. Myös teemoja ja musiikkia esiintyi tuokioissa vaihtelevuuden vuoksi.

Kokonaisuudessaan lapset osasivat hienosti odottaa vuoroaan ja he pysyivät suhteellisen hiljaa niin hierottavina kuin odottajina. Tämä varmasti tarkoitti satuhieronnan olevan heidän mielestään mielenkiintoinen ja mieluista työmenetelmä. Toki tilanne olisi voinut olla toinen, jos koko ryhmä olisi hierottavana kerralla, jolloin ryhmäpaine olisi voinut aiheuttaa melua ja vilkkautta. Myös lasten antama myönteinen palaute ja tekemäni havainnot heidän ilmeistään ja eleistään tukivat satuhieronnan positiivista vaikutusta. Tuokioista jäi mieleeni myös se, miten siinä esiintyi useasti vuorovaiikutuksellisia kohtia, jolloin lapsi sai itse päättää sadun henkilön nimen tai arvuutella piirtämistäni. Silloin lapset innostuivat puhumaan ja kertomaan kaikenlaisia ehdotuksia. Tällöin he saattoivat alkaa myös kertomaan muita heidän mieleensä tulleet asioita, jotka halusivat päästä minulle kertomaan. Myös aiemmin kirjoittamani pohjustukset olivat mielestäni tarpeellisia tuokioiden sujuvan kulun vuoksi.

Lapset antoivat koskea itseensä hyvin eikä kukaan heistä kieltäytynyt satuhieronnan tekemisestä itselleen. Myös lasten toisilleen tekemä hieronta onnistui odotusten mu-

kaan, lapset olivat rauhallisia toisiaan kohtaan ja he saivat tuntea osallisuuden tunnetta. Uskon myös siitä olleen jonkinlaista hyötyä heidän ryhmähengelleen. Havaitsin myös minun ja lasten välillä näiden neljän tuokion aikana selkeää luottamuksen kasvua. Koska kyseisessä menetelmässä ollaan niin ”lähekkäin” läsnä olevan kosketuksen myötä, on satuhieronta mielestäni oiva keino toiseen ihmiseen tutustumiseen.

8.2 Oman ammatillisuuden ja toiminnan pohtiminen

Teoriaosuudessa pääsin syventymään tarkemmin lapsen psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin ja millainen merkitys niillä on lapsen kasvuun ja kehitykseen. Myös erityislapsista kertova kirjallisuus antoi minulle paljon hyödyllistä lisätietoa. Tällaisten asioiden tietäminen on hyödyksi esimerkiksi toimiessani tulevaisuudessa lastentarhanopettajana. Myös uuden työmenetelmän oppiminen on aina valttikortti takataskussa, kun tekemistä pitää keksiä lapsille nopealla aikataululla.

Tuokioiden suunnittelutyö oli itselleni oman vanhan ryhmänohjaajan taustan vuoksi tuttua, mutta tällä kertaa sain suunnitella juuri päiväkotikäisille tarkoitetun tuokion, jossa sain hyödyntää sosiaalipedagogiikan ja sosionomin opintoja. Uskon tuokioiden suunnittelun ja niiden pitämisen antaneen minulle paljon uutta kokemusta ryhmänhallinnasta ja toiminnan toteuttamisesta. Suunnittelussa minun piti ottaa huomioon monia asioita kuten lasten ikätaso, mahdollinen erityisyys, olosuhteet ja se mitä tuokioilla halusin viestittää. Tiedän, että toimiessani sosiaalialalla minun tulee usein suunnitella toimintaa etukäteen ja siksi tällaisen projektin toteuttamisesta on varmasti hyötyä.

Jokaisen tuokion jälkeen havaitsin aina jonkin asian miten voisin kehittää seuraavaa tuokiota ja mitä uutta voisin siihen tuoda. Huomasin siis oman reflektointikykyne kehittyneen ja opin koko ajan tarkastelemaan paremmin omaa toimintaani, jotta saisin tehtyä tuokioista mahdollisimman hyödyllisiä niin minulle kuin lapsille. Satuhierontaa pystyy toteuttamaan niin monella tapaa, että lopulta olisin keksinyt vain lisää ja lisää tapoja miten satuhierontaa voisi hyödyntää ja miten eri tavoin sitä voitaisiin toteuttaa. Jos esimerkiksi olisin suunnitellut vielä viidennen tuokion, olisi se ehdottomasti toteutettu vain yhden lapsen ollessa paikalla, jolloin hän olisi saanut kaiken

huomion sataprosenttisesti. Huomasin itsessäni kehitystä myös mm. siinä, että lopua kohden opin lukemaan satuja entistä rauhallisemmin, jolloin kerkesin tekemään käsilläni liikettä kauemmin. Näen tuokioiden välillä myös selvän kehityksen, aloin nimittäin nauttia satuhieronnoista itsekin enemmän, kun oivalsin sen idean kunnolla.

Prosessin aikana myös omat vuorovaikutustaitoni paranivat ollessani yhteydessä päiväkodin sekä lasten kanssa. Koin selkeää ammatillista kasvua koko prosessin aikana, mitä valmiimmaksi opinnäytetyö tuli, sitä enemmän ymmärsin eri asioita koko prosessista ja asioiden yhdistelystä. Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekeminen oli antoisa ja kasvattava kokemus oman oppimiseni puolesta.

8.3 Johtopäätökset työmenetelmän soveltuvuudesta päiväkotiin

Kokemukseni pohjalta uskon satuhieronnan olevan tarpeellinen työmenetelmä päiväkotimaailmassa erityisesti siksi, koska se on yksinkertaista, siihen ei kulu rahaa ja se vie aikaa juuri niin vähän tai paljon kuin itse haluaa. Satuhieronnan tekeminen lapsille voi olla myös pelkästään improvisaatiopainotteista niin halutessaan, joten edes sitä varten painettua kirjaa ei tarvitse hankkia. Menetelmää ei myöskään ole välttämätöntä järjestää päiväkodissa tuokioina, vaan jo yksi satuhieronta sanomansa ja kosketuksen avulla silloin tällöin parantaa lapsen hyvinvointia monella tapaa.

Koen satuhieronnan sopivan käytettäväksi ihan jokaisella päiväkodin lapsella. Lähes kaikki lapset rakastavat satujen kuuntelemista eikä turvallinen kosketukseen ole koskaan pahasta. Satuhieronnassa on mielestäni hienoa se, että lapselta ei vaadita mitään tiettyä osaamista tai taitoa. Riittää kunhan vain keskittyy ja nauttii hetkestä. Koen satuhieronnan antavan hieman eri asioita riippuen onko kyseessä esimerkiksi luoteeltaan vilkas tai arka lapsi. Sen avulla voidaan niin rauhoittaa kuin rohkaista tai tarvittaessa vaikkapa vain antaa lapselle pieni huomatuksi tulemisen hetki. Omasta kokemuksesta uskon, että satuhieronta työmenetelmänä innostaa lapsia käyttäytymään paremmin normien ja sääntöjen mukaan. Lapset saadaan myös rauhoittumaan paremmin, kun he tietävät, että luvassa on mukava hetki satuhieronnan parissa.

Tekemissäni tuokioissa oli osallisena myös erityislapsia, joiden kanssa satuhierontaa oli hienoa toteuttaa. En huomannut kuitenkaan käytännössä sen suurempia eroja satuhieronnan toteuttamisessa kyseisille erityislapsille verrattuna ns. tuokioihin osallistuneisiin tavallisiin lapsiin. Toki erityslasten keskittymisen mielenkiinnon ylläpitäminen oli paikoittain hieman haastavampaa. Tulos johtui kuitenkin määrällisesti pienestä opinnäytetyöni otannasta. Tästä johtuen koen satuhieronnan toimivan erityislasten kanssa, sillä siinä lasta voidaan tukea juuri hänen tarvitsemallaan tavalla.

Päiväkodissa satuhieronta vaikuttaa varmasti erityisesti luottamuksen kasvuun lapsen ja hänen hoitajiensa välillä, sillä jo minun lyhyiden visiittieni aikana tapahtui positiivisia muutoksia lasten tavassa kohdata minut. Uskon tuokioissani olleiden lasten myös saaneen arvostuksen hetkiä ja he saattoivatkin tuntea erityistä arvon tunnetta päästessään osalliseksi järjestämiini tuokioihin. Päiväkodissa satuhieronta auttaa siihen, että koko ryhmä saa läheisyyden ja arvostuksen hetkiä tämän työmenetelmän kautta niin saadessaan hierontaa kuin päästessään antamaan sitä muille lapsille. Yhteisöllisyys on nykypäivän päiväkotimaailmassa tärkeää isojen ryhmien vuoksi ja siksi onkin hyvin tärkeää saada ryhmässä aikaiseksi yhteenkuuluvaisuuden tunnetta. Erityisen hienoa kyseisessä työmenetelmässä on sen taito vaikuttaa lapsen psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin ilon ja leikin kautta. Tämä työmenetelmä ei ole totista puuhaa, vaan se on kaikista aidoimmillaan lapselle hyvä tapa vuorovaikuttaa päiväkodissa ja olla huomaamattaan leikin kautta osallisena johonkin.

LÄHTEET

Aho, S & Heino, S. 2000. Itsetunnon vahventaminen päiväkodissa. Turku: Paimosalama Oy.

Ahvenainen, O. Ikonen, O. & Koro, J. 2001. Johdatus erityiskasvatuksen käytäntöön. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.

Aikio, A. 2008. Tarinat identiteetin luojana. Teoksessa P. Venäläinen.

Kulttuuriperintö ja oppiminen. Suomen museoliiton julkaisuja 58. Helsinki: Kustannus-osakeyhtiö Tammi, Suomen museoliitto ja kirjoittajat.

Asetus lasten päivähoidosta. 1973. A16.3.1973/239.

Bettelheim, B. 1984. Satujen lumous, merkitys ja arvo. Suom. M. Rutanen. Porvoo: WSOY.

Heinämäki, L. 2000. Varhaiserityiskasvatus lapsen arjessa. Helsinki: Tammi.

Holkeri- Rinkinen, L. 2009. Aikuinen ja lapsi vuorovaikutusta rakentamassa: diskurssianalyttinen tutkimus päiväkodin arjesta. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Viitattu 15.1.2016. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66472/978-951-44-7692-1.pdf?sequence=1>)

Isosannan erityispäiväkodin www-sivut.2016. Viitattu 8.2.2016. <https://www.pori.fi/sivistyskeskus/varhaiskasvatus/paivakodit/isosannanpaivakoti/linkkivinkit.html>

Jantunen, T. 2007. Satu kasvattaa, Topeliuksen sadut ja kasvatusajattelu. Jyväskylä: WS Bookwell Oy.

Jokipaltio, J. 1997. Sadun voimat 1. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Juusola, M. 2008. Hieronta rauhoittaa taaperoa. Viitattu 30.1.2016. http://www.vauva.fi/artikkeli/vauva_ja_taapero/hieronta_rauhoittaa_taaperoa

Kajaanin ammattikorkeakoulun www- sivut. 2016. Viitattu 8.2.2016. https://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Eettisyys?contentid=9970a330-bc81-4a73-8bab-13311a24b711&refreshTree=0#Eettiset_pisteet_opinnaytetyoessa

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut!: turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Bookwell Oy.

Karvonen, P. Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhais-vuosien liikunta. Lahti: VK-kustannus.

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY

Keskonvanhempien www-sivut, viitattu 20.1.2016

Keskosvanhempien yhdistyksen www-sivut. 2016. Viitattu 6.1.2016.
http://www.kevyt.net/tietoa/kasvu-ja-kehitys/keskosen-kasvun-ja-kehityksen-tukeminen-kotona-1/copy3_of_1.-kasvu-ja-kehitys

Korhonen, A. 1999. Elämän ensitaidot. Erityisvauvan kehityksen tukeminen. Helsinki: Kirjayhtymä.

Lyytinen, P. & Lyytinen, H. 2003. Tiedollinen kehitys lapsuudessa, Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.), Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY.

Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. 2016. Viitattu 5.1.2016.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lasten_leikit/pienten_lasten_leikit/

Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. 2016. Viitattu 14.1.2016.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_itse-tunnon_tukeminen/

Mattila, K. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: Bookwell Oy.

Miller, L. J. 2014. Sensational Kids. Hope and Help for Children with Sensory Processing Disorder (SPD) Tarkistettu painos. United States of America: Perigee Books.

Moberg, K. 2007. Rauhoittava kosketus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Montagu, A. 1971. Touching: The Human Significance of the Skin. New York- London: Columbia University Press. Viitattu 23.2.2016.
<https://ia800301.us.archive.org/6/items/youchingthehuman000780mbp/youchingthehuman000780mbp.pdf>

Mäkelä, J. 2015. Lastenpsykiatri: ”Kosketus on lapselle yhtä tärkeää kuin uni”. Viitattu 30.1.2016.
http://www.vauva.fi/artikkeli/lapsi/kasvatus/lastenpsykiatri_kosketus_on_lapselle_yhta_tarkeaa_kuin_uni

Ojanen, S. 1980. Mitä sadut merkitsevät lapselle. Psykodynaaminen teoriatausta ja kansansadun merkitys. Teoksessa: Sadun avara maailma. Helsinki: Otava.

Opetus ja kulttuuriministeriön www-sivut. 2016. Viitattu 28.1.2016.
<http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/varhaiskasvatus/?lang=fi>

Parkkinen, T. & Keskinen, S. 2005. Lapsen sosiaalisen kehityksen moninaisuus. Turku: Turun kaupungin painatuspalvelukeskus.

Ritmala, M. Ojanen, T. Siven, T. Vihunen, R. & Vilen, M. 2009. Lapsen aika. Helsinki: WSOYpro Oy.

Rusanen, E. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Bookwell Oy.

Salminen, E. & Tynnenen, K. 2011. Omahoitajana päiväkodissa: omahoitajuus pedagogisena työmenetelmänä. Vantaa: Pedatieto.

Stakes. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2003. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino Oy.

Suomen Rosen- terapeutit ry:n www-sivut. 2016. Viitattu 5.1.2016.
<http://www.rosenterapia.com/rosenmenetelma>

Suomen Theraplay-yhdistyksen www-sivut. 2016. Viitattu 5.1.2016.
<http://www.theraplay.fi/index.php?k=4194>

Terveyskirjaston www-sivut. 2016. Viitattu 28.2.2016.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=nix00941

Tiensuu, J. 2005. Ei ole sama kuka lastasi kasvattaa: päiväkotikasvatuksen erityispiirteitä. Vantaa: Edufin.

Tuominen, P. 2015. Tarkka tyttö. Lapsen maailma 12, 42- 45.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta, läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa. WSOY

Varhaiskasvatuksen valtakunnalliset linjaukset 2002. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2002:9.

Varhaiskasvatuslaki. 1973. L 19.1.1973/36 muutoksineen.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2007. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Yliherva, A. 2002. Piikkikantasista hipaksiin- Lapsen kielenkehitys ja sen tukeminen. Teoksessa E. Ainali, T. Alin, Kummala-Mustonen, S. Lauhikari, M. Peltoketo, A. Ruuttula-Vasari & K. Santaholma (toim.) Kirja kantaa – Tarina tukee. Helsinki: Gummerus.

Ylönen, H. 2000. Loihditut linnut, satujen merkitys lapselle. Helsinki: Tammi.

LIITE 1

Tervehdys kotiväelle

Olen sosionomi-opiskelija Sini Haanmäki Satakunnan ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyöni työmenetelmästä nimeltä Satuhieronta. Satuhieronnassa lapselle kerrotaan satua ja samalla tuetaan sadun kulkua kevyin hierontaoittein.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kokeilla Satuhieronnan käyttöä Isosanan erityispäiväkodissa ja raportoida siitä omia kokemuksia. Toteutan tarvittavan määrän tuokioita helmikuun alkupuolella.

Opinnäytetyöstäni ei tunnista henkilökohtaisesti lapsia. Kysynkin saako teidän lapsellenne toteuttaa Satuhieronta-tuokioita?

Lapselleni **saa** toteuttaa Satuhierontatuokioita ☐

Lapselleni **ei saa** toteuttaa Satuhierontatuokioita ☐

Lapsen nimi _____

Vanhemman allekirjoitus _____